أنماط الشخصية

أسرار وخفايا

كارل ألبرت

ترجمة
حسين حمزة



أنماط الشخصية
أسرار وخفايا

أنماط الشخصية

أسرار وخفايا

كارل ألبرت

ترجمـــة

حسين حمـــزة

الطبعــة الأولـــى

2014م | 1435هـ



جميع حقوق الطبع محفوظة للناشر

رقم الإيداع لدى دائرة المكتبة الوطنية
(2013/4/1191)

155.29
حمزة، حسين محمد
أنماط الشخصية أسرار وخفايا/ حسين محمد حمزة عمان: دار كنوز المعرفة للنشر والتوزيع، 2013
( )ص.
ر.إ: 2013/4/1191
الواصفات :علم النفس الفردي/ السلوك
*يتحمل المؤلف كامل المسؤولية عن محتوى مصنفه ولا يعبر هذا المصنف عن رأي دائرة المكتبة الوطنية أو أي جهة حكومية أخرى

ISBN 978-9957- 74-274-4 (ردمك)

الأردن- عمان
وسط البلد- مجمع الفحيص
هاتف: 887 4655 6 926 +
فاكس: 887 4655 6 926 +
خلوي: 494 795525 6 926 +
ص.ب: 712577
Dar_konoz@yahoo.com
info@darkonoz.com
دار كنوز المعرفة العلمية للنشر والتوزيع

مقدمة

الشخصية الإنسانية منفردة في نوعها وتختلف من شخص لآخر ابتداء من بصمات الأصابع التي جعلها الله تعالى مختلفة في كل البشر ، وتتباين طبائع البشر لأسباب بيولوجية وتكوينات داخلية او بسبب تأثيرات البيئة واختلافها وبناءعلى هذا الأختلاف تتعدد شخصية الفرد.

فبسبب تقدم البحث العلمي وتطور وسائل قياسه تم التوصل الى قاعدة علمية يمكن بها الحكم على الفرد وقياس سلوكه ،وبالتالي تصنيف البشر على هيئة مجموعات كل مجموعة تشترك في بعض السمات والخصائص التي تميزها عن غيرها، وهكذا يمكن الحكم على هؤلاء الأفراد بأن شخصيتهم انطوائية وغيرهم عدوانية وغيرهم سلبية أو ايجابية وهكذا .

وقد تجتمع عدة شخصيات في بعض الأعراض وتكون أنموذج لأحد أنماط الشخصية وتميزها عن غيرها. وقد احتلت الشخصية مكانة هامة في الدراسات والبحوث النفسية، ويصدق هذا القول في حال دراسة الشخصية السوية والشخصية المضطربة. وقد ساعد تأكيد هذه المكانة عدد من العوامل من بينها النظر الى السلوك على انه يحصل لشخصية تعمل من حيث وحدة متكاملة وفيها كل ما تنطوي عليه من عناصر ومركبات ودوافع وقدرات.

وهذا الاهتمام العظيم بالشخصية لا يسلم من الاختلاف في المنحى الذي تأخذه الدراسات التي تجعلها موضوعا .. لذا من الممكن رؤية هذا الاختلاف في أول مسألة وهي تعريف الشخصية او تحديدها .

يرى (برت) ان الشخصية هي: النظام الكامل من الميول والاستعدادات على المستوى الجسمي والعقلي الثابت نسبيا والتي يتحدد بمقتضاها اسلوبه الخاص في التكيف مع البيئة المادية والاجتماعية المحيطة.

وإذا ما نظرنا إلى انماط الشخصيات وجب علينا ان ننظر الى كل شخص لديه بعض الخلل السلوكي على انه مريض نفسيا او عقليا او ذو شخصية مضطربة،

فاغلب الناس هم اسوياء وهم أصحاب شخصيات سليمة ويجب ان نضع هذا نصب اعيننا، ولكن في أحيان أخرى قد تنقسم النفس الى الطيب والشرير، لذا يجب التأكيد على 3 نقاط هامة من التوازن:

1 ـ التوازن بين الحاجات النفسية والجسدية والعقلية.

2 ـ التوازن والاعتدال في السلوك والممارسات والمواقف.

3 ـ التوازن بين الفرد والمجتمع.

ومن هنا ينبغي ان نسلط الأضواء على مفهوم واجزاء الشخصية وأنواعها في اجزاء متتالية من هذا الكتاب.

ويجب أن تكون نظرتنا شمولية لأنماط طباع الشخصية لكي نجد أن الشخصية تتطبع بسمات خاصة تبعاً لمكتسبات الفرد من المحيط العائلي والاجتماعي والمعرفي والخصائص العامة لمنظومة الجسد ورواسبها الكامنة في الذات، كما أنها تتأثر بالعوامل الوراثية والمرضية والنفسية التي تخل بالوظائف العامة لآليات الجسد. حيث ينحاز الفرد الصغير في اللاوعي إلى تقليد الأكبر منه سناً والأقرب منه في المحيط العائلي أو الاجتماعي ويسعى إلى تقليد أدواره في السلوك والممارسة وطريقة الحديث والمشي والجلوس، وبهذا يكتسب طباعه العامة بدافع رغبة ذاتية. لكن حين يتعرض الفرد إلى العنف أو ضغط نفسي لإجباره ممارسة سلوك ما من دون رغبة ذاتية، يمكن عدّ سلوكه مع الزمن نمطاً من طباع شخصيته التي يرتضيها المحيط المتسلط ولربما يرفضها على نحو ذاتي لكنه يخشى مخالفتها فينصاع قسراً إليها.

وقد كشفت الأبحاث الحديثة مدى تأثير الأمراض النفسية على نحو كبير في سمات الشخصية كونها انطوائية، ومرحة، وحزينة، ومكتئبة، وقلقة، وسلبية.... وغير ذلك تبعاً إلى نوع العوامل وشدتها ومحطة العمر وتوافر فرص العلاج وإلا فإنها تصبح متأصلة في الذات وترافق الفرد في كل محطاته العمرية.

ولا يمكننا التأكيد على إمكانية عدم تعرض الفرد خلال محطات حياته إلى ضغوط نفسية تؤثر سلباً على تكوينه الشخصي على نحو عام ومن ثم اكتسابه لصفة

خاصة تطبع شخصيته، وليس سهلاً التعرف على نمط شخصية الفرد من دون تعرضه إلى ضغط نفسي وتوتر خلاله تكشف الذات في اللاوعي عن نمط طباعها الحقيقية التي يخفيه ستار الشخصية المزيفة التي يرتضيها المجتمع لتظهر الشخصية الحقيقية المعبرة بصدق عن ذاتها والمتحررة من قيود القيم العامة للمجتمع.

وعادة ما تقوم عملية التحريض أو الاستفزاز للمشاعر التي تفوق قدرة الفرد بكشف صفات الشخصية الحقيقية المختفية وراء الشخصية المزيفة المنصاعة للقيم العامة للمجتمع، فليس من السهل التعرف على شخصية الفرد الحقيقية من دون استفزازها على نحو صارخ لتكشف عن ذاتها على نحو مباشر وتقر بأنماط طباعها الحقيقية خاصة إن كانت شخصية تميل إلى السوية. وتسعى إلى الحفاظ على نمطها العام في المحيط الاجتماعي من دون اضطرارها البوح عن أنماط ذاتها الحقيقية خشية اكتشاف زيف شخصيتها الاجتماعية، في حين تعاني الشخصية غير السوية خللاً نفسياً فتكشف عن أنماط شخصيتها على نحو مباشر لعدم قدرتها الاختفاء وراء شخصية مزيفة يرتضيها المجتمع.

والشخصية السوية ليست كاملة الأوصاف وسوية تماماً ولكنها الأقل تأثراً بالأمراض النفسية والتي تميل إلى السوية في الحياة العامة ومنصاعة على نحو شبه كلي للقيم العامة للمجتمع، وهي غير محصنة ضد الأمراض النفسية في كامل محطاتها العمرية. لأن منظومة الإنسان ذو حساسية عالية للمؤثرات الخارجية المحرضة للرواسب الكامنة في الذات، ما يؤثر سلباً أو ايجاباً في التحول من نمط معين إلى نمط آخر يطبع الشخصية ويغير سلوكها العام وهذه حقيقة نفسية علمية ثابته.

وتقسم انماط الشخصية وطباعها المرضي إلى :

- النمط الدائري: تناوب أطوار المزاج.
- النمط الأنفعالي المفرط: متقلب المزاج على نحو دائم.
- النمط المتبدل: متغير المزاج بشكل حاد.
- النمط الوهني: سريع التهيج والتعب ويميل إلى الاكتئاب.

- النمط الحساس: لديه حساسية مفرطة، وقابليته كبيرة للتأثر على نحو عالٍ.
- نمط الوهن النفسي: شديد القلق ، ويميل نحو التحليل الذاتي، والشكوك والمحاكمات.
- النمط شبه الفصامي: وهو نمط يتصف بالإنطواء والأنكفاء، والإنسحاب وعدم الإعتراف بالآخر.
- النمط شبه الصرعي: يعاني من نزعة التفكير العدوانية والحذلقة الزائدة والمزاج المكتئب.
- النمط شبه البارانويي: يتصف بحساسية كبيرة ونزعة للسيطرة وصاحب هذا النمط رافض لأراء الآخرين ويعاني من رسوخ الانفعالات السلبية، والصراع الشديد.
- النمط شبه الهستيري: لديه نزعة جذب انتباه الآخرين لحوه، وخيالي فنتازي متكلف ويميل للكذب.
- النمط الإكتئابي: مكتئب ويسيطر عليه مزاج التجهم.
- النمط غير الثابت: سهل التغيير في المزاج ويميل إلى الوقوع تحت السيطرة.
- النمط الأمتثالي: روحه ناقصة نقدية ومتعلقه برأي الآخرين.

أما الشخصية السوية، فهي شخصية متحولة من نمط إلى آخر على نحو ايجابي خلال محطات حياتها لتكتسب الشخصية طباعها المنسجمة مع الذات على نحو عام، لكن تحول الشخصية من نمط إلى آخر على نحو سلبي لإصابتها بأمراض نفسية تؤذي الذات لتصبح شخصية غير سوية تابعة بتحولاتها النمطية إلى نوع العامل المرضي أو النفسي المؤثر ومدى شدته التي قد تحولها إلى شخصية شديدة السلبية وإلى شخصية عدوانية خارجة على حدود السيطرة.

الفصل الأول

مفهوم الشخصية وتعريفها

الفصل الأول

مفهوم الشخصية وتعريفها

الشخصية مفهوم شامل للذات الإنسانية ظاهراً وباطنا بكافة ميوله وتصوراته وأفكاره واعتقاداته وقناعاته وصفاته الحركية والذوقية والنفسية. ونحتاج لفهم وإدراك خصائص شخصية ما إلى أن نعرف معنى كلمة الشخصية وما يعنيه هذا المصطلح حتى يساعدنا على معرفة أنماط الشخصية وكيفية التعامل معها.

فقد غدت الشخصية محتلة لمكانة هامة في الدراسات النفسية. وقد ساعد على تأكيد هذه المكانة عدد من العوامل كان من بينها النظر إلى السلوك على أنه يحصل لشخصية تعمل من حيث أنها وحدة متكاملة وفيها كل ما تنطوي عليه من عناصر ومركبات ودوافع وقدرات، إلا أن هذا الاهتمام العظيم بالشخصية لم يسلم من الاختلاف في المنحى الذي تأخذه الدراسات التي تجعلها موضوعاً وذلك على الرغم من وجود اتفاق حول اعتماد الطريقة العلمية في البحث.

ومن الممكن رؤية هذا الاختلاف في أول مسألة نعرض لها وهي تعريف الشخصية أو تحديدها.

أولاً: تعريف الشخصية:

أشارت معظم الدراسات النفسية إلى أن هنالك شخص ما قد يظهر نامياً متطوراً، من جهة، ويظهر من جهة أخرى، ثابتاً نوعاً من الثبات في مواقفه واتجاهاته. يبدو متفرّداً متميزاً عن غيره، من جهة، ومشابهاً غيره، من جهة أخرى. وهو كلّ موحدّ، أو وحدة متكاملة، من طرف، ولكنه يُرى ويبحث في عدد من الجوانب والجهات المتمايزة من طرف آخر فكيف نعرّف هذا التركيب الذي يبدو من خلال هذه الزوايا المتعددة؟

تعريف الشخصية ببساطة: الشخصية جملة من الصفات الجسدية والنفسية (موروثة او مكتسبة) والعادات والتقاليد والقيم والعواطف ، متفاعلة كما يراها الآخرون من خلال التعامل في الحياة الاجتماعية .

تعريف الشخصية من حيث المعنى اللغوي للكلمة :

الشخص في اللغة العربية هو: سواد الأنسان وغيره يظهر من بعد وقد يراد به الذات المخصوصة، وتشاخص القوم تعني : اختلفو ا وتفاوتوا، أما (الشخصية) فهي كلمة حديثة الأستعمال وقد عرفت على أنها: الصفات التي تميز الشخص عن غيره" اما في اللغتين الأنكليزية والفرنسية، فكلمة الشخصية: "personality""personalite" مأخوذة من الأصل اللاتيني "persona" والتي تعني القناع الذي كان يلبسه الممثل حين كان يقوم بتمثيل دور، أو حين كان يريد الظهور بمظهر معين أمام الناس فيما يتعلق بما يريد أن يقوله أو يفعله.

وعلى هذا الأساس أصبحت هذه الكلمة تدل على المظهر الذي يظهر به الشخص، ومن هذا المعنى نصل إلى أن (الشخصية) هي ما يظهر عليه الشخص في الوظائف المختلفة التي يقوم بها على مسرح الحياة.

ويرى مورتن برنس (Mortonprince) إلى أن الشخصية هي اجتماع لعدد من العناصر أو لعدد من المكونات الأساسية. فهي كل الاستعدادات والنزعات والميول والغرائز والقوى البيولوجية الفطرية والموروثة، وهي كذلك كل الاستعدادات والميول المكتسبة من الخبرة. وهذا بحسب ذكره في كتابه عن اللاشعور.

أما "باودن" فيرى ان الشخصية: هي مجموع تلك الميول الثابتة عند الفرد التي تنظم عملية التكيف بينه وبين بيئته.

ويرى "ايزنك" ان الشخصية: هي ذلك التنظيم الثابت المستمر نسبيا لخلق الشخص ومزاجه وعقله وجسده.

أما "البورت" فيقول: الشخصية هي ذلك التنظيم الديناميكي في نفس الفرد لتلك المنظومات الجسمية النفسية التي تحدد اشكال التكيف الخاصة لديه مع البيئة.

ومثل هذا التعريف نجده عند عدد غير قليل من المشتغلين وبخاصة منهم من بحث الشخصية في الثلاثينيات والأربعينيات من عصرنا الحالي.

ويميز علماء النفس عادة بين انموذجين من الشخصية:

1 ـ **النموذج الأنبساطي**: والذي تتجه اهتمامات الفرد فيه الى ما هو خارج عن الذات بأكثر مما تتجه نحو الذات والخبرات الذاتية. وتتميز الشخصية الأنبساطية بالديناميكية المنتجة، وبالنزوع الى الأختلاط بالناس والمشاركة بالنشاطات الاجتماعية.

2 ـ **النموذج الأنطوائي**: وهو النموذج الذي تتجه فيه اهتمامات الشخص نحو الذات والخبرات الذاتية بأكثر مما تتجه الى ما هو خارج عن الذات . وتتميز الشخصية الأنطوائية بالانكفاء على النفس، واجتناب الاتصال بالناس والحذر من الغرباء وعدم المشاركة في النشاطات الاجتماعية .

وهناك تصنيف اخر يميز بين ثلاثة ضروب من الشخصية وهو:

أ ـ **الشخصية المفكرة**: وصاحب هذه الشخصية ينزع الى الاكثار من المطالعة والتأمل، ويعنى عادة بالنظريات لا بتطبيقها .

ب ـ **الشخصية الوجدانية**: وصاحب هذه الشخصية يستجيب للأحداث والمواقف، ولكل ما يحيط به في انفعال وتأثر. وهو اقل قدرة على تقدير القيم الموضوعية للأشياء لأنه اكثر اهتماما بمشاعره.

ج ـ **الشخصية العملية**: وصاحب هذه الشخصية شخص يغلب عليه الاهتمام بكل ما هو عملي فهو لا يكلف نفسه عناء التفكير في صحة نظرية ما مثلا، ولكن يهمه ان يعلم ما اذا كان بالإمكان تطبيق تلك النظرية تطبيقا ينتهي الى نتائج عملية سليمة أم لا.

ثانياً: ثوابت ومتغيرات الشخصية :-

لجميع الشخصيات خاصيتان أساسيتان، وتظهر الأولى على شكل ثوابت في الشخصية، أما الثانية فتظهر في التغير والتطور الذين ينالانها خلال تاريخ حياتها. وفيما يلي سنحاول فهم هاتين الخاصيتين المتلازمتين، وما هي النتائج التي تترتب على وجودهما.

1. الثوابت في الشخصية: تتألف من:

أ. الثبات في الأعمال: وهذا النوع من الثبات يظهر في اتجاهاتنا المختلفة التي يعكسها سلوكنا في أشكاله المختلفة، وبخاصة ما كان منها متصلاً بطريقة تعاملنا مع الآخرين واحترامهم والتصرف بشؤونهم.

كما أننا نلاحظ هنا كيف يظهر أحدنا متجهاً نحو الغموض وعدم الصدق في التعامل مع الآخرين، كما يظهر الآخر معتمداً في أعماله قواعد من نوع احترام مصلحة الآخرين، وحقوقهم، والشعور تجاه الكلمة والحركة.

ب. الثبات في الأسلوب: يوجد نوع آخر من الثوابت في الشخصية نسميها بثوابت الأسلوب أو التعبير، والتي نعني بها ما يظهر عليه أي عمل مقصود نقوم به. فالطريقة التي تتبع في الإمساك بالقلم يمكن أن تكون مثالاً واضحاً لما هو مقصود هنا من الأسلوب أو التعبير. وقد كان من بين الدراسات الواسعة لهذه الظاهرة تلك التي قام بها اولبورت وفرنون (1932) (Allport-vernon). وكان موضوع دراستهما الحركات التعبيرية وقد لاحظنا أن عدداً من الحركات التعبيرية يميل إلى البقاء مع بعضها وإلى الثبات لدى الفرد حين يمر بمناسبات مختلفة.

جـ. ثوابت في البنية الداخلية: وهي الأسس العميقة التي تقوم عليها الشخصية ومن هنا نفهم تعريف(باودن)Bowden للشخصية حين يقول أنها تلك الميول الثابتة عند الفرد التي تنظم عملية التكيف بينه وبين بيئته.

د. ثوابت في الشعور الداخلي: وهو نوع من الثبات تناول تسميته العديد من العلماء والباحثين بأكثر من طريقة فقد أطلق عليه أحياناً اسم هوية الشخص، كما أطلق عليه أحياناً أخرى اسم وحدة الشخصية وهو إنما يظهر بالواقع في شعور الفرد داخلياً وعبر حياته باستمرار وحدة شخصيته وهويتها وثباتها ضمن الظروف المتعددة التي تمر بها، كما يظهر بوضوح في وحدة الخبرة التي يمر بها في الحاضر واستمرار اتصالها مع الخبرة الماضية التي كان يمر بها.

2.متغيرات الشخصية: خلال الطفولة نمر ونختبر أشكال مختلفة من النمو في نواح متعددة من بنائه، فنحن نتغير ونتطور خلال هذا النمو، وننمو من حيث معارفنا، ومن حيث قدراتنا ونوعيتها ومستواها، وننمو في أشكال خبراتنا ومواقفنا من المؤثرات التي تحيط بنا اننا نتفاعل بشكل مستمر مع ما يحيط بنا، ويترك هذا التفاعل آثاره في مكونات شخصيتنا، إذن إن صفة التغير أساسية عندنا. وحين نصل إلى مرحلة الرشد التي نستطيع أن نقول عنها أن مظهر الثبات قد اصبح الغالب فيها، فإن التطور في الشخص يبقى مع ذلك مستمراً وإلا لما أمكن فهم ما يصيب الفرد والمجتمع من تطور وتقدم، وما يصيب الشخصية الشاذة من تعديل بتأثير العلاج، إن هذا التغير في الشخصية ملاصق لثباتها النسبي وغير متعارض معه وكأننا في الواقع أمام طريق واسعة تكون العراقيل والخبرات فيها كثيرة ومتنوعة، وهي تؤثر في عابر السبيل ولكن السبيل في اتساع فيه نوع من الوحدة والديمومة.

ثالثاً: نظريات في الشخصية:-

فيما يلي أشهر أربع نظريات في أنماط الشخصية نأخذ أولاها من حضارة اليونان، ونأخذ الثانية والثالثة والرابعة من الدراسات الحديثة:

1.الأنماط عند ابيقراط:

يرى ابيقراط (HIPPOCRATES) (400ق.م) أن الأمزجة تعود إلى أربعة أنماط، وقد اعتمد في هذا التصنيف على العناصر التي يتكون منها الجسم الإنساني والإختلاطات التي تتكون ضمنه والأنماط الأربعة كما يراها هي:

1- المزاج الدموي(the samguine temperament): ويظهر الشخص مع هذا المزاج نشطاً وسريعاً، وسهل الاستثارة من غير عمق أو طول مدة، وهو أميل إلى الضعف من ناحية المثابرة والدأب.

2- المزاج الصفراوي(the choleric temperament): وهو المزاج الذي يغلب عليه التسرع، وقلة السرور، وشدة الانفعال.

3- المزاج السوداوي: (the melanholic temperament): وصاحب هذا المزاج يغلب عليه الاكتئاب والحزن.

4- المزاج البلغمي (the ghlematic temperament): وصاحب هذا المزاج متبلد وبطيء، وضعيف الانفعال وعديم الاكتراث أحيانا.

وتعود هذه الأنماط الأربعة إلى غلبة واحد من أخلاط الجسد الأربعة وهي: الدم والصفراء، والسوداء، والبلغم إلا أن ابيقراط يضيف إلى ذلك قوله: (الإنسان السوي السليم هو الذي تمتزج عنده هذه الأمزجة الأربعة بنسب متفاوتة) وقد بقي هذا التصنيف مقبولاً في أوروبا خلال العصور الوسطى وترك آثاره في بعض الكتابات الأدبية.

ب.الأنماط عند يونغ:

ظهر عند يونغ (Jung،1922) تصنيف أطلق عليه الثنائي وكان من أوسع أشكال التصنيف الحديثة انتشاراً أو تأثيراً لدى العاملين في هذا الحقل أو المتتبعين له حيث يرى يونغ أن هناك نمطين رئيسيين للشخصية: أحدهما المنطلق أو المنبسط (Exvovert) والثاني المنطوي أو المنكمش (Imtcrovert) ويكون الاتجاه الرئيس للأول نحو العالم الخارجي بينما يكون التمركز الرئيس للثاني حول ذات الشخص وداخله. يتميز المنطلق بحب الاختلاط، والمرح، وكثرة الحديث، وسهولة التعبير، وحب الظهور، بينما يتميز الثاني بالحساسية والعوز، والتأمل الذاتي، والانكماش، والميل إلى العزلة، وقلة الحديث إن الاختلافات الأساسية بين النمطين كما ذكرها يونغ تشير إلى عدد من الجوانب.

ومن هنا يرى يونغ أن المنطلق يعمل بتأثير وقائع موضوعية بينما يتأثر المنطوي بعناصر أميل إلى أن تكون ذاتية تأملية. وسلوك الأول يوجهه الشعور بالضرورة والحاجة بينما يسير سلوك الثاني على قواعد ومبادئ عامة.

وهذا يدل على أن الأول أقوى على التكيف بيسر، بينما يعاني الثاني من التقصير من هذه الناحية. والعصاب الغالب في الأول هو الهستيريا، أما الغالب على

الثاني فالقلق والوسواس المتسلط، على أن الحكم العام بالنسبة للنمطين يدعو إلى القول عن المنطلق انه رجل عمل وإجراء، بينما يقال عن الثاني انه رجل تأمل ومناقشة.

ولم يقف يونغ عند هذا الحدّ من التصنيف الثنائي، بل فصّل الحديث في تعبير الإنسان وجعله في أشكال: فهناك المنطلق العقلاني، وهناك المنطلق اللاعقلاني. وكذلك هناك المنطوي العقلاني والمنطوي اللاعقلاني فإذا عرفنا أننا نميز عند العقلاني بين من تغلب عليه صفات التفكير ومن تغلب عليه صفات المشاعر الانفعالية، فإننا نميز عندئذ بين منطلق عقلاني مفكر ومنطلق عقلاني مأخوذ بمشاعره الانفعالية. مثل هذا التمييز موجود كذلك فيما يتصل بالمنطوي.

فبحسب تصنيف يونغ لكل من هذه الأشكال صفاته وكذلك للشكل اللاعقلاني يضاف إلى ذلك أن اللاعقلاني على أشكال في النمطين، ولكل صفاته. وفيما يلي بيان تفصيلي بهذه الأشكال:

1) المنطلق: متجه عام نحو العالم الخارجي.

أ ـ المنطلق اللاعقلاني:

1- التفكير: يهتم بالواقع والتصنيف المنطقي، والحقيقة العملية.

2- الشعور الانفعالي: لديه نزوع نحو التناسق مع العالم، ويتمتع بصلات حارة مع الآخرين.

ب ـ العقلاني:

3- الإحساس: يتجه نحو المصادر الاجتماعية والمادية للذة والألم، ونحو طلبات الآخرين.

4- الحدس: مستجيب للتغير، يصدر الأحكام على الآخرين بسرعة، مغامر، مقامر.

2) المنطوي: يتجه بشكل عام نحو الذات والأمور الخاصة.

أ ـ المنطوي العقلاني:

1- التفكير: نظري، تأملي يدور حول الأفكار، غير عملي.

2- الشعور الانفعالي: لديه نزوع نحو التناسق الداخلي، ومنشغل بأحلامه الخاصة ومشاعره.

ب ـ المنطوي اللاعقلاني:

1- الإحساس: يتجه نحو اكفاء الخبرة الحسية.

2- الحدس: يتجه نحو التأمل الذاتي، ومهتم بالطقوس.

ج. الأنماط عند بافلوف:

انطلق بافلوف (Pavlov) في شرح نظريته عن الأنماط الشخصية من ثلاثة منطلقات أساسية وهي:

الأول: الجهاز العصبي هو مركز الفعاليات النفسية، وأن ما يسميه بعضهم بالارتباطات النفسية ليس إلا ارتباطات فزيولوجية وان مختلف الدراسات المخبرية التي قام بها لفترة طويلة من الزمن تعطي دليلاً كافياً على ذلك.

الثاني: هناك ظاهرتين أساسيتين في التكوين النفسي للإنسان(والحيوان) هما عمليتا الإثارة والكف، وانهما مترابطتان، وان فعالية الإنسان(والحيوان) منطلق منهما باستمرار، وأن الأولى تمثل نشاط الإنسان وإنتاجه بينما تمثل الثانية، وهي الكف، النزوع الى الراحة واستعادة النشاط وحماية الخلايا من الإعياء والإفراط في صرف الطاقة.

الثالث: أن الإنسان يحمل قدرة على التكيف، وأنه في ذلك يحمل الكثير من الأفعال المنعكسة الطبيعية التي تُرى ثابتة ومتناسبة مع مؤثرها الأصلي، والكثير من الأفعال المنعكسة الشرطية التي تكون مكتسبة وقابلة للتعديل والتحويل، من هذه المنطلقات يأتي بافلوف للحديث عن أنماط المزاج عند الإنسان عن طريق الحديث عن الأنماط التي يجدها عند الكلب على أساس أن التشابه في

التكوين الفزيولوجي بين الاثنين يكفي لمثل هذا التعميم فهناك أولاً نمطان متطرفان يقابل أحدهما الإثارة وشدتها ويقابل الثاني الكف وهدوءه.

وهناك ثانياً حال متوسط معتدل عنده شيء من الطرفين ولذلك فهو متوازن. ولكن هذا الحال المتوسط يعود، هو نفسه، إلى نمطين تبعاً لغلبة الإثارة أو الكف؛ فتكون الإثارة هي الغالبة في أحدهما، ويكون الكف هو الغالب في الثاني. وهكذا نحصل على أنماط أربعة للأمزجة كما يقول بافلوف، وهي كما يلي:

1- المندفع الذي يتميز بشدة الاستثارة، والاندفاع، والطيش وكثرة التسلط، والعدوانية ويبدو ذلك واضحاً عند الحيوان الذي يميل إلى العدوان.

2- الخذول الذي يتميز بضعف النشاط، وتطرف الهدوء، والاكتئاب والسكينة، والخضوع، والتخاذل.

3- النشط المتزن الذي يتميز بالاعتدال مع ظهور النشاط وكثرة الحركة والملل السريع حين لا يوجد ما يشغله، وهو فعّال ومنتج.

4- الهادئ المتزن الذي يتميز بالقبول والمحافظة والرزانة، وهو عامل جيد ومنظم.

وينعطف بافلوف نحو الأنماط عند ابيقراط ليقارن بينها وبين ما قال به هو يقول بافلوف أن ابيقراط قد اقترب من الحقيقة كثيراً من حيث قوله بالأنماط الأربعة للمزاج، ولكنه ابتعد عما يقبله العلم الحديث في الأساس الذي اعتمده في ذلك التصنيف.

والمقارنة بين الأنماط في الطرفين تقود إلى ما يلي:

أ ـ يقابل مزاج المندفع الذي يقول به بافلوف المزاج الصفراوي الذي يقول به ابيقراط.

ب ـ يقابل مزاج الخذول عند بافلوف المزاج السوداوي الذي يقول به ابيقراط.

جـ ـ يقابل مزاج النشط المتزن عند بافلوف المزاج الدموي الذي يقول به ابيقراط.

د ـ أما مزاج الهادئ المتزن الذي يقول به بافلوف فيقابله عند ابيقراط المزاج البلغمي أو اللمفاوي.

ويُعرّج بافلوف على الاضطرابات النفسية ليقول بأن نسبة من يأتي إلى العيادة من النمطين الأولين المتطرفين، المندفع والخذول هي أعلى بكثير من نسبة من يأتي من النمطين المعتدلين أو المتزنين والظاهر أن تمكن الأخير من التكيف مع شروط الحياة ومواجهتها بما يجب دون تطرف هو أقوى من تمكن الأولين فإذا أخذنا ما يغلب من اضطراب في النمطين الأولين وجدنا الغلبة للوهن العصبي في حالة المندفع والهستيريا في حالة الخذول.

د. الأنماط عند شلدون:

يقول شلدون (sheldon،1942) في نظريته ان كل نمط من أنماط الشخصية يقابل تركيباً جسمياً معيناً وهو في هذا التصنيف يعود إلى تركيب الجسم وما يغلب عليه من حيث الوزن، ونمو العضلات والطول، وما يتصل بها، ليقول في النهاية بوجود ثلاثة أشكال من التركيب، ويرى كذلك أن هذه الأشكال الثلاثة تتمايز بتأثير من عوامل التعلم واحتياجات الجسم وإشباعها وتطمينه ثم ينتهي من بحثه إلى القول بوجود أنماط للشخصية تقابل أشكال تركيب الجسم الثلاثة.

وحين تسمية هذه الأنماط نجده يشتق الأسماء من النزوع البادي فيها إلى حاجات الطعام في التركيب الأول والحركة والنشاط في الثاني، وعمل الدماغ في الثالث هذه الأنماط الثلاثة هي الآتية:

1- النمط الحشوي: (viscerotonia): يغلب على هذا النمط الاسترسال في ممارسة ما يتصل بشؤون التغذية والشؤون العاطفية والاجتماعية وإننا هنا أمام شخص ينام بسهولة ولا يستفيق خلال الليل بسهولة انه يميل إلى الأكل ميلاً زائداً، وينزع نحو البعد عن الحساسية والقلق وعدم الاطمئنان ويتميز بسهولة التوافق الاجتماعي وبحسن الصداقة مع كل من يعرفه، وغالباً ما يكون بديناً، مستدير الجسم عند وسطه، وزنه العام أعظم من نسبة ما عنده من عضلات، وميله إلى الراحة والاسترخاء ظاهر.

2- النمط الجسمي (somatotonia): يتميز هذا النمط بتحمل الألم برضى وإرادة، والنزوع إلى السيطرة والعمل، وهو حين يتحدث إلى آخر ينظر إليه وإلى عينيه مباشرة، عنده ميل صادق نحو التدرب الرياضي القاسي، يحب الحمام البارد والسباحة عارياً والاشتراك في مغامرات تتطلب جهداً جسدياً شديداً انه يمثل المزاج الرياضي ويتميز بالتناسق الجسدي والحركة.

3- النمط المخي(cerebrotonia): صاحب هذا النمط شخص لا يتحمل الألم برضى وإرادة، ويميل إلى الحساسية وسرعة الانفعال، ولا يجد متعة في مجرد رفقة الآخرين ولا يعدّ هذه الرفقة عنصراً هاماً. انه يفضل عدداً قليلاً من الأصدقاء على العدد الكبير، ولا يبدي الصداقة بسهولة ثم انه لا يؤثر الاشتراك في مغامرات تتطلب جهداً جسمياً شديداً ولا يحب السباحة عارياً والغالب عنده أن يكون نحيلاً.

رابعاً: مكونات الشخصية:

في أعماق الشخصية هنالك بناء ثلاثي التكوين، وكل جانب في هذا التكوين يتمتع بصفات وميزات خاصة، وأن الجوانب الثلاثة تؤلف في النهاية وحدة متفاعلة ومتماسكة هي الشخصية، هذه الجهات أو الجوانب الثلاثة هي:

(الهو)، و(الأنا)، و(الأنا الأعلى).

أما(الهو)(the id): فهو القسم الأولي المبكر الذي يضم كل ما يحمله الطفل معه منذ الولادة من الأجيال السابقة وانه يحمل ما يسميه فرويد الغرائز ومن بينها غرائز اللذة والحياة والموت.

وهو يعمل تحت سيطرة ما يضمه منها. وما هو موجود فيه لا يخضع إذن لمبدأ الواقع أو مبادئ العلاقات المنطقية للأشياء بل يندفع بمبدأ اللذة الابتدائي، وكثيراً ما ينطوي على دوافع متضاربة. فهو لا شعوري وهو يمثل الطبيعة الابتدائية والحيوانية في الإنسان.

وأما(الأنا) (the ego): فينشأ ويتطور لأن الطفل لا يستطيع أن يشبع دوافع (الهو) بالطريقة الابتدائية التي تخصها، ويكون عليه أن يواجه العالم الخارجي وان يكتسب من بعض الصفات والمميزات وإذا كان (الهو) يعمل تبعاً لمبادئه الابتدائية الذاتية، فإن(الأنا) يستطيع أن يميز بين حقيقة داخلية وحقيقة واقعية خارجية.

فالأنا من هذه الناحية يخضع لمبدأ الواقع، ويفكر تفكيراً واقعياً موضوعياً ومعقولاً يسعى فيه إلى أن يكون متمشياً مع الأوضاع الاجتماعية المقبولة. وهكذا يقوم (الأنا) بعملين أساسين في نفس الوقت أولهما حماية الشخصية من الأخطار التي تهددها في العالم الخارجي، وثانيهما توفير نشر التوتر الداخلي واستخدامه في سبيل إشباع الغرائز التي يحملها (الهو) وفي سبيل تحقيق الغرض الأول يكون على الأنا أن يسيطر على الغرائز ويضبطها لأن إشباعها بالطريقة الابتدائية المرتبطة معها يمكن أن يؤدي إلى خطر على الشخص.

فالاعتداء على الآخرين بتأثير التوتر الناشئ عن الغضب يمكن أن يؤدي إلى ردّ الآخرين رداً يمكن أن يكون خطراً على حياة المعتدي نفسه وهكذا يقرر الأنا (متى) و(أين) و(كيف) يمكن لدافع ما أن يحقق غرضه ـ أي أن على (الأنا) أن يحتفظ بالتوتر حتى يجد الموضوع المناسب لنشره. وهكذا يعمل الأنا طبقاً لمبدأ (الواقع) مخضعاً مبدأ اللذة لحكمه مؤقتاً.

أما (الأنا الأعلى)the super ego: فهو حاضن القيم والمثل الاجتماعية والدينية التي ربى الطفل عليها في بيته ومدرسته ومجتمعه. (فالأنا الأعلى) يمثل الضمير المحاسب، وهو يتجه نحو الكمال بدلاً من اللذة، ولهذا (الأنا الأعلى) مظهران، الضمير والأنا المثالي. حيث يمثل الأول الحاكم بينما يمثل الثاني القيم. وعندما نريد تلخيص هذا البناء الثلاثي الداخلي للشخصية كما يراه بعض العلماء نقول ما يلي: (الأنا هو الذي يوجه وينظم عمليات تكيف الشخصية مع البيئة، كما ينظم ويضبط الدوافع التي تدفع بالشخص إلى العمل، ويسعى جاهداً إلى الوصول بالشخصية إلى الأهداف المرسومة التي يقبلها الواقع، والمبدأ في كل ذلك هو الواقع).

إلا أنه مقيد في هذه العمليات بما ينطوي عليه (الهو) من حاجات، وما يصدر عن (الأنا الأعلى) من أوامر ونواهي وتوجيهات فإذا عجز عن تأدية مهمته والتوفيق بين ما يتطلبه العالم الخارجي وما يتطلبه (الهو) وما يمليه (الأنا الأعلى) كان في حالة من الصراع يحدث أحياناً أن يقوده إلى الاضطرابات النفسية.

خامساً: نظرية السمات في الشخصية:

الاتجاه الموضوعي في بحث الشخصية وقياسها يميل عند أغلب الباحثين إلى النظر إليها على أنها مجموعة من التركيبات التي تضم مجموعة من السمات (traits) التي يمكن كشفها ووضعها وإخضاعها للقياس في واحد أو اكثر من أشكاله المتعددة.

مفهوم السمة:

كيف نفهم السمة: جميع الأشخاص معرضين للمرور بظروف متنوعة الشروط خلال حياتهم اليومية ويواجهون بأشكال من السلوك فإذا جعلنا شخص ما موضوع ملاحظة تبين لنا من سلوكه انه ينقل خبرات لديه من ميدان أو إطار سابق إلى آخر، وأن ثمة صفات يتكرر ظهورها في أشكال من سلوكه.

ومثالاً من حياة إنسان نأخذ المثال التالي: في مواقف تتطلب تحمل المسؤولية، نقف عند شاب في السنة الثالثة من دراسته الجامعية ونلاحظ سلوكه اليومي لعدد من الأيام. إن من جملة ما نراه عنده انه يتابع دراسته بانتظام، وانه يعد ما يطلب منه من مهمات بشكل مناسب فإذا دعي إلى إبداء الرأي أعرب عن رأيه ودافع عنه. وإذا كلف بإعداد رحلة يشارك فيها زملاؤه أعدها شاعراً بمسؤوليته عن كل جزء منها.

وحين يجتمع مع الآخرين يبدو عليه مصغياً لما يقال، بعيداً عن السرعة في الانفعال، حريصاً على أن يعطي كل إنسان حقه وأن يحمل كل إنسان مسؤولية عمله، فإذا وقع منه ما يمكن أن يلام عليه، وكان مخطئاً أو مقصراً، اعترف بمسؤوليته وأنكر على بعض الناس اتكالهم على غيرهم وتقلبهم وتحميل الآخرين مسؤوليات أخطائهم .إننا هنا أمام عدد من ظروف الحياة وأشكال من سلوك هذا الشاب أن بين ظروفه التي نطالع أمرها شيئاً من الاشتراك بشرط أو اكثر وبين أشكال سلوكه التي لاحظناها

عنصر مشترك ينساب فيها كلها وهو نزوعه الإيجابي نحو تحمل المسؤولية. إننا نعتبر هذا النزوع الإيجابي تعبيراً عن سمة من سمات الشخصية، أما تنظيمه الأمور، ودأبه، وإصغاؤه، وتصميمه، فأشكال من السلوك تنعكس فيها هذه السمة؛ والسمة إذاً هي اصل فيما يتميز به الشخص، وهي تبطن أشكال سلوكه الظاهر.

وبناءاً على هذا نستطيع الوصول إلى ما يلي من النتائج التي تشكل الأساس في نظرية السمات:

1- السمة هي نزوع لدى الشخص للاستجابة بطريقة معينة نحو نوع من المؤثرات.

2- لكل شخص عدداً من السمات، ومجموعها هو الذي يميز الشخصية.

كيف يحدث تكوّن الشخصية؟

الاستعدادات الأولية: في البداية يولد الإنسان وقد زود فطرياً بعدد غير قليل من الاستعدادات السلوكية ويلاحظ ذلك بقيامه بعدد من الأفعال المنعكسة المتخصصة البسيطة، وقيامه بعدد من الأفعال المعقدة الآتية عن نظام الأفعال المنعكسة البسيطة.

عملية التعلم: مفاهيم تفسير عملية التعلم كثيرة وأحد أهم هذه المفاهيم ما يلي: الدافع أو الحاجة المثيرة الاستجابة، الإشراط، التعزيز.

- أما الدافع: فقوة محركة تدفع بالفرد إلى العمل من اجل إشباع غرض الدافع أو الحاجة قد يكون هذا الدافع حاجة أولية وهو عندئذ متصل بالتركيب البيلوجي للإنسان.
- وأما المثير: فهو تلك الإشارة التي توجه الاستجابة لتصدر عن الإنسان.
- والمقصود من الاستجابة: ذلك السلوك البسيط أو المعقد الذي يدفع إليه الدافع لمواجهة المثير وتلبية غرض الدافع نتيجة ذلك.

- أما الارتباط بين المثير والاستجابة فيفسره الاشراط. ويأتي بعد ذلك مصطلح التعزيز وما يرتبط به من إطفاء أو تثبيط ويكون التعزيز العملية التي تساعد في تقوية الارتباط بين المثير والاستجابة.

تعلم الدوافع الثانوية: تتكون الدوافع الثانوية أو الشخصية بناءاً إلى عمليات التعلم، بحيث تقوم هذه الدوافع بوظائف مهمة في حياة الإنسان سواء كانت باتجاه ما هو مناسب وسوي أم كانت باتجاه آخر.

ومما سبق نخلص إلى أن لكل فرد شخصيته المتميزة، ولكنه في الوقت نفسه مشترك مع الآخرين في الكثير من مظاهر تلك الشخصية إن في الشخصية نوعاً من الثبات يبدو في أساليبها واتجاهاتها وشعورها باستمرار هويتها، ولكن فيها كذلك نوعاً من التغير وإلا لما كان من الممكن فهم النمو والتربية ومن هنا يكون أمر إحاطة الشخصية بتعريف شامل أمراً صعباً قد يتجه التعريف نحو تميزها عن غيرها وقد يتجه نحو ائتلاف الصفات التي تكونها وتنطوي عليها، وقد يذهب إلى ما يبدو في سماتها أو إجراءاتها ومن هنا نصادف عدداً غير قليل من أشكال تعريف الشخصية.

الفصل الثاني

خفايا وأسرار أنماط الشخصية الإنسانية

الفصل الثاني

الأنماط السلوكية مدخل لفهم أنماط الشخصية

صحة الإنسان تشتمل على جميع نواحي الصحة كالصحة الجسمية والصحة النفسية والصحة الجسمية ترتبط ارتباطا وثيقا بالصحة النفسية وتتأثر بها إيجاباً وسلباً.

فقد بدأت ضغوط الحياة الحديثة تزداد بصفة مستمرة بسبب السعي الدائم وراء الماديات الضرورية في العصر الحالى والإحباطات التى تواجهنا بصفة كبيرة يوميا، وكل ذلك أدى إلى أزدياد ظهور عدد من الحالات المرضية العضوية التى لها جذور نفسية والتى لا تستجيب للعلاجات التقليدية بنجاح.

والكثير من هذه الأمراض الجسمية تكون جذورها نفسية لذلك تحاول نظرية الأنماط أن ترصد أصناف الشخصية التي تصاب بها دون غيرها وهذا من أجل وضع تصنيف لهذه الأنماط السلوكية بحيث يكون محك تصنيفها العوامل الجسمية والمعرفية والانفعالية. لأن مجموع الصفات أو السمات تتجمع لتشكل نمط معين من السلوك، تختزل في أنماط سلوكية معينة تصاب بها، دون الأنماط الأخرى.

اولا : مفاهيم عامة حول الشخصية ، الذات والنمط :

1- مفهوم الشخصية من ناحية الذات والنمط:

تدرس الشخصية نفسياً من ناحية تركيبها أو أبعادها الأساسية ونموها ومحدداتها الوراثية والبيئية وطرق قياسها واضطراباتها كل ذلك على أساس نظريات متعددة كثيرا ما تكون متباينة إن كان الهدف بينها مشترك وهو التنبؤ بالسلوك الإنساني في مختلف المواقف والأوقات.

2- انماط الشخصية :

الشخصية ميزة الإنسان النفسية ومجموعة تصرفاته وطريقة عيشة وتفكيره ومزاجه، وتتكون الشخصية شيئا فشيئا منذ سنوات الإنسان الأولي وتطبع بالإحداث

والصدمات والخيبات والنجاحات التي تتعرض لها والتي تغير معالمها والشخصية في نظر الأخصائيين وعلماء النفس معقدة تتكون من عوامل كثيرة ومتداخلة بحيث لايمكن فصلها أو تحليلها على انفراد.

3- الشخصية من منظور علمي وبحثي :

يرى فرويد بأن الشخصية هي تكامل الهو و الانا والانا الأعلى وحسب رأيه هي بالضرورة تحليلية وعليه أن تفتيش في تاريخ الليبدو وعن الأسباب التي تدفع الإنسان إلي التصرف على هذا النحو.

أما من منظور أدلر Adler فإن شخصية الإنسان هي ما يتميز بها الفرد من وسائل لحل المشاكل التي تعترضه أو للتوصل إلى الأهداف التي خطها لنفسه تكمن مهمة الشخصية في التعويض عن عقدة الشعور بالنقص والوصول إلي إشباع الحاجات حددها الإنسان بفضل طاقته الحيوية.

4- مفهوم النمط في علم النفس:

مفهوم النمط هو مجموعة من السمات أو مستوى أرقى تنتظم فيه السمات وهناك أنماط جبلية ومعرفية إدراكية وأنماط للشخصية ويؤكد أيزنك على أن السمات و الأنماط تتشابه من حيث أنها مستمدة من تحليل الاتساقات ولكنهما يختلفان في درجة العمومية ويذكر أيزنك أن النمط مجموعة من السمات المرتبطة معا.

ويقول أيزنك أن الفرق بين نظرية السمات ونظرية الأنماط أن نظرية السمات تفترض مقدما توزيعا اعتداليا للخصائص السيكولوجية التي تقاس على حين تفترض نظرية الأنماط توزيعا ذا قمتين وتميل الأخيرة.

تعريف النمط: كلمة نمط طريقة للتنصيف إذن الشخصية تورث أنماطا سلوكية لكل منها خصائصها والنمط هو جملة من السمات أو مستوى أرقى تنظم فيه السمات وهناك أنماط جينية ومعرفية وإدراكية وأنماط للشخصية.

يعرف أيزيك النمط أنه مجموعة من السمات المرتبطة تماما بالطريقة نفسها التي تعرف بها السمة بوصفها مجموعة من الانفعال السلوكية.

نظرية كرتشمر :

قسّم كرتشمر الشخصية إلى أربع أنماط:

1-النمط البدين: يتميز بكبر البطن وقصر الأطراف مع الميل لزيادة الوزن بزيادة العمر ومن صفات هذا النمط المرح والنكتة والصراحة والانبساط.

2-النمط النحيل: يتميز بالنحافة ومن صفاته الانطواء والاكتئاب والتعصب.

3-النمط الرياضي: يتميز بالمنكبين العريضين ومن صفاته النشاط والعدوانية.

4-النمط غير المنتظم: لم يستطع كر تشمر أن يوضحه بل اكتفى بقوله أنه غير هؤلاء.

نظرية فرويد:

مفهوم الشخصية عند فرويد صادر من نظرية التحليل النفسي وأهم القواعد الأساسية لهذه النظرية يتمثل في مكونات ثلاث للشخصية ولكل مكون خصائصه ومميزاته إلا أنها في النهاية تكّون وحدة واحدة تُمثل شخصية الإنسان وهذه المكونات هي:

الأنا: وهو مركز الشعور والإدراك الحسي ويتطابق مع مبدأ الواقع ويقوم بدور الدفاع عن الشخصية وتوافقها، كما إنه يعمل على تحقيق التوازن والتوافق الاجتماعي للشخص مع بيئته والالتزام بالقيم والمبادئ والتقاليد والعادات والقيم الاجتماعية.

الهو: وهو منبع الطاقة الحيوية النفسية ومستودع الغرائز والدوافع الفطرية وهو يمثل الأساس الغريزي الذي ينتج عنه الطاقة النفسية وهو لا شعوري كما إن الوظيفة

الأساسية له تتمثل في جلب الراحة للإنسان وتحقيق اللذة دون الاهتمام بالقيم والعادات والتقاليد والمنطق ، إنه يُمثل الخبرة الذاتية للعالم الداخلي.

الأنا الأعلى: وهو مستودع المثاليات والأخلاقيات وتنظيم منافذ العمل والسلوك والضمير ويُمثل ماهو مثالي وليس ماهو داخلي إنه بمثابة الدرع الأخلاقي للشخصية كما أنه يعمل على كبح اندفاعات الهو.

يشبه الأنا الأعلى الهو في أنه غير منطقي ويشبه الأنا في محاولته ممارسة التحكم بالغرائز ويختلف الأنا الأعلى عن الأنا في أنه لا يحاول إرجاع الإشباع الغريزي فحسب بل يحاول الحيلولة دونه على الدوام.

نظرية يونغ:

سيكولوجية يونغ أعطت دوراً هاماً للوراثة، حيث يؤكد أنه توجد بالإضافة إلى وراثة الدوافع البيولوجية هناك وراثة لخبرات الأجداد ومعنى ذلك إمكانية وجود نفس النظام من خبرات الأجداد تُورث في شكل أنماط أولية والنمط الأول هو ذاكرة العنصر الذي أصبح جزء من إرث الإنسانية.

إن نظرية يونغ إلى الشخصية نظرة إلى المستقبل بمعنى أنها تنظر إلى الأمام متطلعة إلى مستقبل نمو الشخصية وإلى تطوره كما أنها نظرة إلى الخلف بأنها تأخذ الماضي في اعتبارها وفي لغة يونغ (إن الإنسان تحركه الأهداف بقدر ما تحركه الأسباب).

لأن يونغ ينظر إلى شخصية الإنسان باعتبارها نتاجاً ووعاءً يحوي على تاريخ أسلافه، فالإنسان الحديث قد تشكل وصيغ في شكله الراهن بفعل الخبرات المتراكمة للأجيال الماضية والتي تمتد إلى آماد ساحقة حيث الأصول المجهولة للإنسان.

نظرية أدلر:

أطلق أدلر على نظريته في الشخصية اسم (علم النفس الفردي) فرفض من خلال نظريته فكرة الاختزالية في سبيل الكلية وبذلك فإن هذه النظرية تقلل من أهمية الوظائف الجزئية ، كما أن أدلر يرى أن جميع البشر لديهم هدف مشترك وهو التطور نحو الأفضل أو النضال من أجل التفوق لكنهم يختلفون في الأساليب التي يتبعونها لتحقيق هذا الهدف فكل منهم يتبع أسلوباً معيناً في الحياة يناضل من خلاله ليحقق هذا الهدف وهذا الأسلوب يؤثر على ردود فعله نحو المشكلات التي تواجهه.

نظرية روجرز:

أقر روجرز في نظريته أن لكل فرد حقيقته التي خبرها بشكل فريد متميز وأن هذا المفهوم هو العامل الحاسم في بناء شخصيته ويرى روجرز أ، للذات أربعة أبعاد وهي:

1-الذات الحقيقية: وهي تعني ما يكون الشخص في الحقيقة فعلاً وقد يكتشفه كل منّا أو يقترب منه بقدر ما.

2-الذات المُدركة: وهي ما يعتقد الشخص أنه نفسه وذلك في ضوء تقييمه وإدراكه لها من خلال تفاعله مع الآخرين والبيئة التي يعيش فيها.

3-الذات الاجتماعية: وهي صورة الشخص عن نفسه كما يعتقدها موجودة لدى الآخرين.

4-الذات المثالية: وهي عبارة عن تصور الذات كما يتمنى الشخص أن يحققه ويجب أن يكّونه وتتشكّل بدورها من غاياته وطموحاته التي يتطلع إليها ويسعى إلى تحقيقها.

ثانياً: الإضطرابات السيكوسوماتية:

الاضطراب السيكوسوماتي اتجاه غير عادي متأصل في صراعات غريزية لا شعورية، يتسبب في سلوك معين وهذا السلوك بدوره يتسبب في تغيرات بدنية في الأنسجة، هذه التغيرات ليست بصورة مباشرة نفسية الأصل ولكن السلوك الذي استهل هذه التغيرات كان نفسي الأصل.

ونخلص مما تقدم أنها الاضطرابات النفس جسمية: التي تحدث نتيجة اختلال شديد او مزمن في توازن حيوي (هيمو ستازي).

الاضطرابات النفس جسمية: تؤدي هذه الاضطرابات إلى أعراض جسمية ذات أسباب مرتبطة بعوامل انفعالية المسؤول عنها الجهاز العصبي اللاإرادي وقد يكون الفرد غير واع شعوريا بهذه الانفعالات. والعلاج الطبي وحده لا يفلح في الشفاء منها ولا بد من اقترانه بالعلاج النفسي. وتحدث هذه الاضطرابات نتيجة اختلال شديد او مزمن في توازن حيوي (هيمو ستازي) نتيجة ضغط سيكولوجي.

والاضطرابات السيكوسوماتية لاتقل خطورة عن الأمراض العضوية حيث أنها قد تؤدى إلى أخطاء طبية في التشخيص والعلاج حيث تكون أعراضه مشابهة للأعراض العضوية الحقيقية.

والشخص الذي يعاني من هذه الاضطرابات يتردد كثيراً على مختلف العيادات والأطباء ويخضع للعديد من الفحوصات والتحاليل ويتناول كثير من العلاجات هو ليس بحاجة لها و بدون نتيجة مشجعة مما يزيد من خوفه وتوتره وقد يؤدي قلقه إلى زيادة شدة الاضطراب الذي يشكو منه.

أ. حدوث الأمراض النفس جسمية من الناحية البيولوجية:

الهيوثلاموس هو جهاز استقبال وإرسال يستقبل الشحنات الانفعالية من الجهاز الطرفي ثم يرسلها (و الإرسال يتم من خلال أساس الجهاز العصبي اللاإرادي بفرعيه السيمبثاوي والجار سيمبثاوي) الى أجهزة الجسم المختلفة لتعبر عنها كل هذه

الأجهزة المختلفة كل منها بطريقتها الخاصة فيتم التعبير عن هذا الانفعال من خلال صورة عضوية مثل:

- حركات غاضبة للمعدة مع ازدياد إفراز حمض الهيدروكلوريك فيتعرض المريض للإصابة بالقرحة.
- انقباضات مفاجئة فى أجزاء من القولون مع ترهلات فى أجزاء أخرى فتحدث آلام الإنتفاخات و القولون العصبى .
- انقباضات مفاجئة بالشرايين، مما يؤدى إلى ارتفاع ضغط الدم و نقص كميات الدم المغذية للأعضاء فيتعرض القلب للخطر و يشعر الإنسان بآلام الذبحة.
- تمدد شرايين الدماغ بعد فترة من الانقباض مما يؤدي إلى حدوث الصداع النصفي.
- إختلال أجهزة المناعة و التى قد تؤدي إلى ضيق التنفس أو إلى الأرتيكاريا.
- إختلال الهورمونات فتحدث آلام فترة ما قبل الدورة الشهرية.

ولكل إنسان درجة او نقطة احتمال فوقها يحدث اضطراب في العضو الذي تحمل العبء الأكبر في التعبير عن الانفعال، فيئن الإنسان من قولون المنتفخ أو من جلده الملتهب أو من سرعة ضربات قلبه و ضيق تنفسه بينما هو في الحقيقة يئن من أعبائه النفسية.

وإصابة إنسان دون آخر بهذه الأمراض يعتمد على التكوين الخاص لهذا الشخص فهناك إنسان مهيأ للإصابة بالمرض العضوي نتيجة للضغط النفسي دون آخر و هناك عضو ضعيف في كل منا، عضو يتأثر أكثر بالأجهادات النفسية.

ب. النظريات المفسرة للاضطرابات السيكوسوماتية :

أولاً: تشير النظريات الفسيولوجية الى إن الاضطرابات السيكوسوماتية للضغط. و تشمل :

- نظرية الضعف الجمسي .

- نظرية الاستجابة النوعية.

- نظرية الاقتران الشرطي.

1. نظرية الضعف الجسمي.

تشير هذه النظرية الى إن العوامل الوراثية و الأمراض الجسمية المبكرة في حياة الفرد و نوعية الغذاء الذي يتناوله الانسان كل ذلك يؤدي الى اضطراب وظيفة عضو معين من أعضاء الجسم و يصبح هذا العضو ضعيفا و أكثر انجراحا عند تعرضه للضغط ، فالجسم الإنساني الذي يوجد به جهاز تنفسي ضعيف لاسباب وراثية مثلا : من الممكن أن يهيء الفرد للإصابة بالربو او جهاز هضمي ضعيف يعرض الفرد للإصابة بالقرح .

2. نظرية الضعف الجسمي:

تشير هذه النظرية و من خلال العديد من الدراسات الى أن هناك اختلافا في الطرق التي يستجيب بها الأفراد عند تعرضهم للضغوط ومن الممكن أن تكون اسباب هذا الاختلاف محددات وراثية و بعض الأفراد تكون لديهم نماذج الية خاصة للاستجابة للضغوط .

3. نظرية الاقتران الشرطي:

هنالك العديد من الأمراض مصدرها اختلاف في العمليات العصبية خصوصا أمراض البدن .

والآثار الانفعالية هي من أقوى العوامل في إحداث التغيرات البدنية و أعطى اللحاء دورا في كيفية تنظيم و تنشيط الميكانزيمات الهرمونية ، اللحاء تجد الأحداث الخارجية طريقها لكي تعبر عن نفسها في العمليات الداخلية ذات الأهمية الحيوية.

وترى نظرية الاقتران الشرطي المرض السيكوسوماتي بشكل عام على انه استجابة تدعمت مع الوقت نتيجة مجموع من الأفعال المنعكسة المتكررة و يؤكد ذلك

ما أثارته النظرية من إمكانية تغيير الاستجابة الجسمية كقرحة المعدة و الصداع النصفي و ارتفاع ضغط الدم بعمليات اشراطية بطرق تجريبية .

ج. النظريات السيكولوجية (النفسية):

نظرية التحليل النفسي:

تحاول نظرية التحليل النفسي تفسير تطور اضطرابات عديدة من خلال العوامل الانفعالية التي تتم في اللاشعور و سمات الشخصية . و من أهم رواد هذه النظرية "فرانز الكسندر و فلاندرز دنبار" وهم من اكثر المهتمين بالتحليل النفسي فقد درسا ردود الفعل النفسجسمية ومن هذا المنطلق فالاضطرابات السيكوسوماتية العديدة هي نتاج لحالات انفعالية لا شعورية خاصة بكل اضطراب

فالانفعالات اللاشعورية تم كبتها و بعد ذلك تم تفريغها عن طريق عضو معين يتفق و طبيعة هذه الانفعالات المكبوتة فإحباط الرغبات الاعتمادية لدى الفرد ترتبط و الإصابة بقرحة المعدة .

- نظرية خصائص الشخصية.
- نظرية الضغوط النفسية الاجتماعية.
- نظرية متعددة العوامل.

إن معظم الأمراض لها اكثر من سبب و تتعدد العوامل في أحداثها فأمراض القلب على سبيل المثال تعزى الى العديد من العوامل المتداخلة مثل الاستعداد الجسمي و العوامل الوراثية و نوعية الطعام الذي يتناوله الفرد. تدخن السجائر ، و نقص النشاط الجسمي و الرياضي و اخيرا الضغط النفسي و الانفعالي .

د. تصنيف الاضطرابات السيكوسوماتية :

وتختلف الاضطرابات النفسجسمية عن اضطراب التحويل الذي يحدث عند المصابين بالهيستيرا، لذا يجب إن نؤكد على نقطتين هامتين:

الأولى: الاضطرابات السيكوسوماتية هي مرض حقيقي يسبب تلفا في الجسم وان مثل هذه الاضطرابات الناتجة عن عوامل انفعالية لا تعنى إن الألم وهمي فقد يموت الأفراد لمجرد وجود عوامل نفسية نتج عنها ارتفاع في ضغط الدم او القرحة مثل ما قد يموت فرد ما نتيجة لمرض مشابه عن العدوى او الإصابة البدنية .

الثانية: إن اضطرابات التغير التحول لا تتضمن تلفا عضويا ولكنها تؤثر عامة على وظائف الأجهزة العضلية الإرادية .

قائمة للأمراض السيكوسوماتية حسب البحوث النفسيةوهى: ضغط الدم الأولى، القرح الهضمية، التهاب المفاصل الروماتيزمي، الغدة الدرقية وفرط نشاطها، الربو الشعبى، القلون، والتهاب الجلد العصبي.

وقدم نظام التصنيف الدولى للأمراض قائمة للأمراض السيكوسوماتية متضمنة الاتى :

- الأمراض السيكوسوماتية المتضمنة ضرر فى الأنسجة مثل الربو .التهاب الجلد لاكزيما القرحة المعدية القولون المخاطي، القلون المتقرح ،طفح الجلد مرض.
- الأمراض السيكوسوماتية الغير متضمنة ضرر في الأنسجة ، مثل تصلب الرقبة وهو داء فى الرقبة بسبب الالتفات، احتياج الهواء فواق، حازوقة زغوطة وزيادة معدل التنفس والكحة النفسية والتثاؤب، اضطرابات القلب والأوعية الدموية ، كحة سببها نفسى بلع الهواء ، القيء وعسر الطمث الناتج عن سبب نفسى وصر الاسنان تأكلها .

هـ .أنواع ردود الأفعال النفس فسيولوجية :

فالإضطرابات السيكوسوماتية تم تصنيفها تبعا للجهاز او العضو المتأثر ، فلا يوجد عضو في الجسم يكون محصنا ضد المرض، والتصنيف الحالي يضم10 مجموعات:

1. رد فعل نفس فسيولوجي للجلد ويتضمن بعض التهابات الجلد العصبية المختلفة كالاكزيما وبعض حالات من الطفح الجلدي وحب الشباب والأمراض التي تلعب فيها العوامل الانفعالية دور الرئيس.
2. رد فعل نفس فسيولوجي للجهاز العضلي والهيكل العظمي.
3. رد فعل نفس فسيولوجي للجهاز التنفسي.
4. رد فعل نفس فسيولوجي للقلب و الأوعية الدموية.
5. رد فعل نفس فسيولوجي دموي و ليمفاوي .
6. رد فعل نفس فسيولوجي معدي معوي.
7. رد فعل نفس فسيولوجي بولي تناسلي.
8. رد فعل نفس فسيولوجي للغدد الصماء.
9. رد فعل نفس فسيولوجي للجهاز العصبي.
10. رد فعل نفس فسيولوجي للأعضاء ذات الإحساس الخاص.

والعلاقة السببية بين الشخصية و المرض قد تم ملاحظتها منذ فترة طويلة فهناك نص يرجع إلى ابوقراط الذي تحدث في هذه العلاقة الإرتباطية بين المرض والسببية المراضية.

فمن المهم جدا أن نعرف نوعية الشخص الذي لديه المرض اكثر من نوعية المرض الذي أصاب الشخص" و المحاولات المنظمة لتفسير العلاقة بين العوامل النفسية و المرض لم تبدأ حتى بدايات القرن العشرين. فقد أثبتت البحوث النفسية ظهور سمات شخصية معينة كنتيجة للجهود المبذولة من اجل تعويض عجز جسمي.

والعديد من الباحثين كتبوا عن أهمية العوامل النفسية التي تحتم المرض، وقد توصلوا الى أن الوظيفة الجسمية والمرض يمكن إن يفسرا من خلال الارتباط السببي. بين الانشطة العقلية والنشاط السوماتي.

ثالثاً: الأنماط السلوكية:

سنقوم الآن بالتعرف على الأنماط السلوكية المختلفة، والتمييز بينها من أجل معرفة نقاط القوة والضعف لكل نمط بغية الوقاية والتنبؤ في النهاية، فهدف العلم الوقاية من الأمراض والإضطرابات كما يسعى الى الصحة النفسية التي طالما رجتها الإنسانية جمعاء، ونبدأ بالنمط السلوكي الشائع .

أ. سلوك نمط (الشائع) للشخصية:

سلوك نمط الشائع نمط في أسلوب الحياة يرتبط مع الاحتمال المرتفع للإصابة بمرض القلب التاجي ويتميز بالميل إلى الضغط على الأسنان وتشديد قبضة اليد و الحركات الجسمية السريعة و قلة الصبر و النشاط المتعدد الأوجه مثل الحلاقة او الأكل أثناء قراءة الجريدة او عند إجراء مكالمة هاتفية مرتبطة بالعمل و تدل بعض الدراسات على أن هذا الضغط يتضمن وسوسة خاصة بالأرقام.

ب. شخصية نمط (المتوسط):

النمط (المتوسط) يستطيع أن يسترخي بدون الشعور بالذنب و يعمل بدون أن يتعرض للإحباط بسهولة و يشارك في الرياضيات الأنشطة الترويحية الأخرى بدون الشعور بالحاجة إلى البرهنة على تفوقه و على قدراته.

وعرفه "سيوذر لاند" بانه لديه القدرة على الاسترخاء وسهل الانقياد وليس ميل شديد للمنافسة، واقل عرضة للشعور بالإحباط، وينخفض احتمال إصابته بأمراض القلب.

ج. سلوك نمط النادر:

هو النمط المنطوي ويتميز الأشخاص من هذا النوع بالعاطفة الجياشة وبأن لديهم دفاعات قوية وعدم القدرة على الاعتراف والتعبير عن عواطفهم مما يجعلهم

يتألمون في صمت واستجابتهم للضغط تكون بواسطة ميكانيزمات قشرية كظرية حيث أنهم أكثر قابلية من غيرهم للإصابة بالأمراض المناعية مثل السرطان وتعرف تموشوك Témochokالشخصية نمط ج على أنها عامل خطر في ظهور وتطور السرطان وتتمثل مميزاتها الأساسية في كظم الانفعالات العجز اليأس اللطف والهدوء التعاون الثبات أمام المصائب احترام السلطة عدم إثبات الذات التعبير عن الانفعالات واعتقد جرير موريس أن النمط ج يرتبط جوهريا بتطور مرض السرطان وسرعة انتشار .

ويتسم النمط النادر بالسمات التالية العجز عن التعبير عن الغضب، الميل للموافقة والانصياع غير مؤكد لذاته، مضحى بذاتة، هادىء صبور ونتيجة لذلك فهو يعجز عن تفريغ التوتر والافصاح عما يستبد به من انفعالات ويشعر بالروتين ويعيش في وحدة تافة ومعدوم الكفاءة وقاصر الهمة وفوضوي يتمسك بالروتين ويعيش في وحدة نفسية يعاني الاكتئاب والتشاؤم ويشعر باليأس، خصائص النمط السلوكي ج حسب تيموشوك Temochok 1987 فقد جمعت مجموعة متفاوتة من السمات في الشخصية نمط ج التي تشكل عامل خطر في ظهور وتطور السرطانات وهى تصف الشخص من نمط النادر.

ويتسم النمط السلوكي النادر بالسمات الآتية :

- عدم القدرة على التعبير عن الغضب.
- مائل للموافقة والانصياع.
- الهدوء والصبر وعدم المنافسة
- يعجز عن تفريغ التوتر ولا يمكنه الإفصاح عما يستبد به من انفعالات .
- يشعر في أعماقه بأنه شخص تافه.
- الجبن والخوف الاجتماعي.
- معدوم الكفاءة وقاصر الهمة وفوضوي.
- يتمسك بالروتينية والعيش في وحدة نفسية

- يعاني من الاكتئاب والتشاؤم والشعور باليأس
- قمع الانفعالات السلبية .
- الاستجابة لرغابات الآخرين وعدم التسلط.
- تجنب الاختصار أو السلوك الذي يمكن أن يحرج الآخرين.
- نظرة إلي الحياة الخارجية بصفة هادئة وعقلانية ومجردة من العواطف.
- الوقاية والصحة الذاتية.
- الميل إلي مشاعر العجز واليأس.
- الامتثال لمواصفات السلوك المتعارف عليها والحفاظ على مظهر اللطف.
- كثرة الاستبطان والاستدماج .
- الامتصاص والكبت.
- الكظم والإنكار للذات.

وكخلاصة نخرج منها من هذا الموضوع إن مجمل الأنماط السلوكية هي معرضة إلى الإصابة بالاضطرابات النفسية الجسدية، ومادام العلم من صفاته التراكم و التنبؤ.

رابعاً: أمزجة الشخصية الإنسانية

منذ البدايات الأولى للحضارة الإنسانية، والفلاسفة والعلماء يحاولون تصنيف البشر وفق صيغة ما، ومعرفة لماذا يختلف الناس فيما بينهم. حيث لاحظ هؤلاء أن الناس كانوا مختلفين جدا، ويظهر أن لهم دوافع وحوافز مختلفة وراء سلوكهم. كما كانوا الناس يتفاوتون في درجات الصحة النفسية بين السواء والاضطراب. وقد كان يعتقد سابقا بان الاضطرابات النفسية هي نتيجة قوى شيطانية، وأن مسؤولية علاجها تقع على رجال الدين، وليس الأطباء أو العلماء أو المعالجين. ولكنهم وبعد مخاض فكري طويل توصلوا إلى نتيجة، وهي تصنيف الناس وتمييزهم وفق أربعة أصناف أو نماذج. هذه الافتراضات هي جزء من التاريخ الطبيعي للوجود الإنساني، والذي يتصل أيضا مع أصل الحياة وتطورها.

فقد اعتقد هؤلاء الفلاسفة بأن الشخصية الإنسانية تتشكل من عناصر تقليدية أربعة، وهذه العناصر على علاقة بصحة الجسم والنفس. والأصل الأول لهذه العناصر ما ذكر في موضعنا السابق (الشخصية الإنسانية والعناصر الأربعة) هي: النار والماء والتراب والهواء. ولكن الأمر لم يتوقف عند تلك النظرة للواقع الإنساني. وإنما تطورت من تفسير السلوك وفق عناصر توجد في الطبيعة الخارجية إلى تفسيره وفقا لسوائل تتواجد داخل جسم الإنسان. وهذا تطور مهم وجديد في نظرة الإنسان لوجوده في هذا الكون، وانتقال التحليل العلمي من أن هناك مؤثرات خارجية تؤثر في سلوك الإنسان وتحدد مساراته(والتي هي: الطبيعة والآلهة). إلى وجود متغيرات جديدة داخل جسم الإنسان هي التي لها الأثر الأكبر في سلوكه. وفي ضوء تلك السوائل تشكلت نظرية الطب النفسي لاحقا، والمعروفة بالمزاجات الأربعة. كما يمكننا تتبع هذه الأفكار من خلال العودة إلى تقاليد وحضارات بلاد ما بين النهرين والحضارة الفرعونية في مصر قبل أكثر من 5000 سنة مضت. علما بأن هذه العناصر ترتبط بالخصائص الجسمية والنفسية للشخصية. وبذلك فهي تكون النموذج لتصنيف أنواع الشخصيات الإنسانية. والمزاجات الأربعة، المعروفة أيضا باسم الأخلاط الأربعة، يمكن القول إنها أقدم جميع نظم تنميط الشخصية، كما أنها وجهة نظر رائعة،

وهناك الكثير من أصداء هذه الأفكار القديمة وجدت ولا تزال موجودة في علم النفس الحديث. وأن بعض من هذا التفكير لا يزال على قيد الحياة إلى هذا اليوم في الأفكار التقليدية الشرقية والطب. ولكن المزاجات أربعة أو الأخلاط الأربعة تعود وبشكل موثوق إلى الطب والفلسفة اليونانية القديمة، ولا سيما في أعمال أبقراط Hippocrates. كما أن هذه النظرية يمكن أن ترى كجزء من الحركة اكبر للثقافية اليونانية.

وأبقراط هو الذي رأى أن صحة الجسم وتعرضه للمرض يرتبط بالأمزجة الأربعة، والتي هي سوائل الجسم. فإلى جانب الدم الذي يعتبر ينبوع الحياة، هناك بعض الإفرازات لها علاقة بتوازن الجسم بين الصحة والمرض. وهي نماذج للشخصيات الإنسانية قمنا بشرحها في مواضيع سابقة وتنتج نتيجة لطغيان إحدى هذه الإفرازات داخل الجسم. فالدم ومصدره الكبد، والصفراء ومصدرها الطحال، والبلغم مصدره الرئتين، والسوداء التي مصدرها المرارة. وهذه تقابل العناصر الأربعة لدى إمبيدوكليس ، والتي هي: هواء، النار، الماء، التراب. وتقابل الصفات، والتي هي: حار ورطب، حار وجاف، بارد ورطب، بارد وجاف. وتقابل الفصول: الربيع، الصيف، الشتاء، الخريف. وتقابل الحيوانات: الأسد، الرجل، النسر، الثور، أو في الوقت الحديث وحسب هذه الفكرة تقابل الحيوانات: القندس، والدولفين، والثعلب، والبومة.

أبقراط استند في ممارسته الطبية على الملاحظات والدراسة العملية لجسم الإنسان. كما انه أشار إلى أن الإنسان يتألف من جسم وروح. وفي تفسيره للأمراض تبنى منطق عقلاني ورفض وجهات النظر السائدة في ذلك الوقت والتي تشير إلى أن المرض هو نتيجة لأسباب كامنة في عالم ما وراء الطبيعة مثل: امتلاك الإنسان للأرواح الشريرة، أو نتيجة لاستياء الآلهة وغضبها من الإنسان، أو بسبب خرافات أخرى كانت سائدة في تلك المجتمعات والتي لا يزال بعضها موجودا في عقول بعض الناس. وإنما هذه الأمراض هي نتيجة لعوامل بيئية، والتي سببها عدم التوازن في نسب السوائل الجسمانية(مثلا: اضطراب في مزاج الدم والذي هو خليط سيئ)، والتي كانت في طبيعتها متعادلة النسب. لذا كان على الطبيب إعادة التوازن لمكونات الجسم

من هذه السوائل، لكي يتمكن الشخص من أن يكون خاليا من الأمراض. والتي هي ناتجة عن تناول الأطعمة المفرطة والخاطئة. حيث أن ذلك يؤدي إلى تجمع بقايا غير جيدة في الجسم. مما يؤدي إلى انبعاث أبخرة تصعد إلى الدماغ وتؤدي بالإنسان للإصابة بالعديد من الأمراض. وبذلك فهو أول من عمل على فصل علم الطب عن الدين ومعتقداته. وبذلك يعزى له الفضل في إرساء الطب كعلم. كما انه معروف عند الأطباء بقسم أبقراط والذي أنشأه أبقراط ولا زال إلى اليوم. ويعرف أبقراط بـ(أبو الطب)، وهو أيضا أول من أشار إلى أن الأفكار والمشاعر مصدرها الدماغ وليس القلب كما كان يعتقد الكثيرون في ذلك الوقت. كما لاحظ نتائج إصابات الرأس بشكل صحيح، وخلص إلى أن الجانب الأيمن من الدماغ يسيطر على الجانب الأيسر من الجسم والعكس بالعكس. وقال إنه يتفق مع Alcmaeon أن الدماغ هو مصدر قدراتنا الفكرية، وأضاف أنه يتسبب أيضا في كثير من مشاكلنا العاطفية، مما يجعلنا سعداء أو تعساء، نعيش في حزن أو في سلام مع أنفسنا.

ولكن المهم هنا هو انه أول من أشار إلى أن الأمراض أسبابها طبيعية وليس الخرافات(السحر والشعوذة) أو الإلهية. هذه السوائل الأربعة سميت بعد ذلك بالأمزجة(أو المزاجات) أو الأخلاط الأربعة(وهي من الكلمة اللاتينية(humor) والتي معناها (سائلاً).

كذلك أشار إلى أن الاضطرابات النفسية يمكن علاجها مثل أي مرض آخر، كما أنه صاغ نظريات حول المزاج والتحفيز، ووصف اضطرابات السلوك، وشخص أسباب المشكلات النفسية. وبذلك يعتبر من علماء النفس.

ومع ذلك، فإن أفكار أبقراط ورفاقه لم تتوقف عند هذا الحد، بل كانت فكرته أن الاضطرابات النفسية يمكن أن تكون ناجمة عن أمراض في الدماغ أو صدمات الرأس. وأيضا، كانت لديهم فكرة من أن الأمراض النفسية يمكن أن تتأثر بواسطة الوراثة. ومن المثير للاهتمام للغاية معرفة مدى قرب أبقراط من الحقيقة. وكما أشار أبقراط إلى أهمية المساهمات الاجتماعية لعلم النفس المرضي، والآثار السلبية

للإجهاد داخل الأسرة. إن هذه نظرية تعتبر واحدة من أقدم الطرق لوصف الشخصية الإنسانية.

كما انه دعا إلى استخدام الأساليب الطبيعية. وشملت الراحة الكلية، والطعام الصحي، وممارسة الرياضة، وأتباع نظام غذائي سليم، وممارسة الرياضة والهواء النقي، والتدليك، والحمامات، والموسيقى، وزيارة الأصدقاء. كل هذا كان بهدف استعادة الجسم لحالته المتناغمة.

هذه النظرية قد أشارت كما قلنا إلى أن جسم الإنسان تملئه أربع مواد أو سوائل أساسية، ودعاها بـ(المزاجات)، والتي هي في حالة توازن عندما يكون الشخص بصحة جيدة. وتنتج بعض الأمراض والإعاقات عندما يكون هناك فائض أو عجز في إحدى هذه السوائل الأربعة. لذا فان نظرته العلاجية استندت على القوة للطبيعة الشافية، وطبقاً لهذا المذهب، أن الجسم يحوي ذاتيا على القوة التي تعمل على إعادة التوازن له. والمزاجات الأربعة تشفي نفسها بنفسها. وكان أبقراط يعتبر أبو الطب السريري. فقد صنف الأمراض، كمزمن حاد، والأمراض المستوطنة والوبائية، وادخل العديد من المصطلحات إلى علم الطب، مثل: تفاقم، معاودة، أزمة، النوبة، نقاهة... وغيرها الكثير من المصطلحات.

وقد أرجع أبقراط التصرفات البشرية، مثل: سريعة الغضب إلى النوع لـ (الصفراوي). والبرودة ولا مبالاة ورابطة الجأش إلى النوع لـ(بلغمي). والتفاؤل والبهجة إلى النوع لـ(دموي). وأخيراً، الاكتئاب والحزن إلى النوع لـ(السوداوي). وهي نتيجة إلى اختلال التوازن في مزيج عدد من سوائل الجسم (الدم والبلغم والصفراء والمرارة) على الرغم من أن محاولة ربط سلوك وتصرفات الإنسان (أي مزاجه) مع سوائل الجسم هو أمر غير قابل للتصديق، وبأنها تتميز بالطرافة في وصفها لسمات الشخصية. إلا إنها لا تزال تستخدم إلى اليوم وهناك الكثير من النظريات والدراسات التي تصف تلك السمات ولكن وفق وجهات نظر حديثة ومتطورة. ووصف أبقراط الطابع الأساسي لأنواع الشخصيات بشكل دقيق، والأوصاف لهذه الأنواع من الشخصيات صمدت أمام اختبار الزمن.

يقول العلماء يمكن التعرف على حوالي (60٪) من الاختلافات في شخصية الإنسان وإرجاعها إلى عوامل وراثية. ومع ذلك، فإن بناء أي شخصية يختلف تماما في صفتين: السمة والمزاج. ولكن ما هو الفرق بينهما ؟ الفرق هو أن الصفات(السمات) تأتي من تجارب الشخص مثل العادات، التفضيلات، القيم والأعراف، وفي التعبير عن الحب والكراهية في المجتمع الخاص، أو ما كان يعتبر خطرا، وما كان يعتبر مضحكا، والكثير من الجوانب الثقافية الأخرى. في حين المزاج هو توازن الشخصية، ويستند هذا إلى الاتجاهات البيولوجية التي ورثناها من والدينا. هذا هو نتيجة لتصرفنا الخاص والشخصي من خلال التفكير والشعور وفق طريقة معينة والتي ظهرت في وقت مبكر من طفولتنا.

أن وجهات نظر أبقراط حول القاعدة الحيوية للشخصية رددت في الكثير من النظريات المُعاصرة التي تربط تأثر الدماغ بالمواد الكيمياوية الموجودة داخل جسم الإنسان والتي تؤدي إلى المزاج والسلوك. بالإضافة إلى ذلك، تظهر الأبحاث الأخيرة إلى ارتباط هذه الأمزجة الأربعة الأساسية مع المواد الكيميائية، مثل الدوبامين (للنوع الدموي) ، هرمون الاستروجين (للنوع البلغمي)، هرمون تستوستيرون (للنوع صفراوي) والسيروتونين (للنوع السوداوي).

فالنوع الدموي يتميز بالعفوية والتفاؤل والحماس، والطاقة العالية، والمرونة العقلية، ويسعى للغير مألوف، والاندفاع والفضول بشكل مكثف، وهؤلاء الأشخاص إبداعيين. وترتبط هذه الصفات مع جينات محددة في نظام هرمون الدوبامين. كما أن هؤلاء الناس لديهم في كثير من الأحيان وجوه معبرة جدا ويستخدمون كلمات مملوءة بالحب مثل: "مغامرة"، "الطاقة"، "الجديد"، "المتعة"، "النشاط"، "السفر" وما شابه ذلك. ويمكن التعبير عن فضولهم في حبهم للقراءة وأنواع مختلفة من المعرفة. فهم يمتلكون كميات كبيرة من الطاقة، ولذلك قد لا يبدو عليهم الهدوء والعفوية أو التلقائية. هم على استعداد لتحمل المخاطر من أجل السعي وراء مصالحهم العديدة. وهؤلاء الناس يشعرون بالملل إذا لم يتم استيعابهم من خلال أشياء

مثيرة للفضول.أنهم يتوقون للمغامرة والجدة، وهؤلاء يتكيفون بسهولة، وعموما يمكن أن يلعبوا أدوارا كثيرة. فهم لديهم حيوية مرتفعة وتفاءل. أنهم يفضلون العيش في المدن الكبيرة، حيث يمكن أن يرضوا شغفهم بشكل أسهل بكثير.

هؤلاء الناس قليلي التسامح، وضجرين. ويشغلون وظائف روتينية، تجاربهم متكررة، صحبتهم مملة ومزعجة ومتهيجين. أنهم تجنبون الروتين والرتابة في جميع التكاليف. وفي الواقع أنهم يحبون العزلة، وذلك لأنهم يحصلون على تنشيط من خلال هذه التغييرات الصغيرة في البرنامج الحياتي اليومي. هؤلاء مندفعين، وغالبا لا يستطيعون السيطرة على شهواتهم، وربما الوصول إلى الصراع. هذا النوع هو أكثر من أي نوع آخر من المزاجات عرضة لإدمان الكحول والتدخين والمخدرات والقمار والجنس المحفوف بالمخاطر. وعفويتهم في الدقيقة الأخيرة تعكس خططهم ولحظات من الاكتشاف الفكري لديهم.

وعادة هم أكثر إبداعا من الأنواع الأخرى، سواء كان ذلك في الشعر والموسيقى والمسرح والفن والأعمال أو الطبخ. وللأسف، بل هي أيضا الأكثر عرضة للخلل في التوازن الكيميائي، والإدمان واضطرابات المزاج. ويتميز هذا النوع بأن لديهم فضول ومجموعة واسعة من المصالح. ومتعطشون للمعرفة، والبعض منهم موسوعات متحركة، بينما البعض الآخر يقوم بزيارات لكل بلدان المعروفة في العالم تقريبا.

نشاط الدوبامين لديهم يعزز الدافع والهدف المتوقع من السلوك، فضلا عن الحماس والتركيز والإصرار، والحافز والدافع لتحقيقه. ومع ذلك، غالبا يكونون مشغولون جدا مع مصالحهم العديدة، لذا يلجئون للمماطلة في استكمال مهامهم. هؤلاء الناس لديهم حكم ذاتي للغاية وغير تقليدي. يثقون بدوافعهم ويقومون بالمخاطر، شعارهم(لا توجد مغامرة، لا يوجد كسب). يندفعون لحو الموضوعات التي يبدو فشلها مؤكد وربحها كبير في اغلب الأحيان. وهم متفائلون متطرفون، ويجعلون طريقهم للبحث عن البهجة، ويبحثون عن الطريق الذي يجعلهم سعداء. هؤلاء

يبحثون عن الإحساس بالمتعة التي تستمد من الإثارة والتجارب المثيرة، أنها مشروب حياتهم.

أما النوع البلغمي يعرف أساسا لدى الناس من خلال مهاراتهم الاجتماعية مثل: قدرتهم على التعبير عن أنفسهم، وقراءة تعبيرات الوجه للشخص الآخر، ولغة الجسد. كما أنهم قادرون وبشكل جيد في توصيل الحقائق، ورؤية "الصورة الكبيرة"، فهم مراعين ومتعاطفين، ومتواضعين، ومعبرين عاطفيا. وترتبط بعض الصفات الشخصية هذه مع هرمون الاستروجين والتي موجود في الرجال، والنساء على حد سواء. بدنيا يمكنك التعرف عليهم عن طريق الجلد فهو على نحو سلس الملمس، شفاه ممتلئة، وجوه مستديرة وأنوف صغيرة. الكلمات المفضلة لديهم هي "العاطفة"، "عاطفي"، "حساس" و "حلو".

هؤلاء الناس رائعون في جمع الحقائق وتصنيفها إلى فئات، ولديهم القدرة على الوصول إلى العلاقة بين العديد من البيانات التي يجمعونها ولديهم مهارة في اكتشاف العلاقة بين عناصر المتناقضة على ما يبدو. وأساسا، لديهم القدرة على قراءة ما بين السطور. هؤلاء رجالا ونساء لا يعملون بشكل جيد جدا في استظهار الحقائق المنفصلة الغير مترابطة، فهم يشعرون بالملل والانزعاج.

هناك علاقة بين نصفي الدماغ من خلال الملايين من الألياف العصبية، والاستروجين هو الذي يبني المزيد من الاتصالات العصبية بين المناطق النائية في كل نصف من الكرة المخية. هذا يساعد في على قدرة "رؤية الصورة الأكبر".

هؤلاء الناس هم خيالين. يحبون التفكير المجرد عن الأشياء التي يمكن تصورها فقط. على سبيل المثال، هم سيحاولون قراءة لغة جسمك وسيخبرونك ما كنت تعتقد في ابتسامتك منذ نصف ساعة. أنهم يريدون معرفة أعمق بمشاعر الآخرين ويسعون لبناء علاقات حميمة مع الجميع الذين حولهم في حياتهم. لديهم رغبة في الانسجام

والتعاون مع الأفراد. وهذا هو السبب في أنهم يعملون على الحفاظ على الروابط العائلية والصداقات. وعندما يكون هناك صراع، فإنها تسعى إلى الاتفاق، وتلبية احتياجات جميع المعنيين.

هؤلاء يتميزون بالرأفة والتعاطف جدا. أنها محاولة لفهم ما يفكر أو يشعر به الآخرين، ومن ثم الاستجابة لهم وفق ذلك، وبما يسمح لهم من أجل التواصل مع هؤلاء الأشخاص. أن سمات هذا النوع مقبولة من قبل باقي الناس. يمكن وصف هؤلاء الأشخاص بأنهم، متعاونين، متعاطفين محبين للخير، واثقين دافئين، يحبون التعبير عن مشاعرهم، يسعون لمساهمة في المجتمع. يسعون لمحاربة الأمراض ومساعدة الأيتام والفقراء، كما أنهم يرغبون بمعرفة النفس وهو أمر لا بد منه في نظرهم.

والجانب السلبي لدى هؤلاء، يمكن أن يكون هؤلاء أشخاص مترددين، غير قادرين على التركيز على التفاصيل المهمة، بينما يتجهون إلى الصورة الأكبر. الثرثرة يمكن أن تكون مزعجة لهم، لأنها وسيلة للاتصال، فإنها قد تظهرهم محتاجين، ومطالبين بالاطمئنان المستمر. أنهم قد يتصورون الانتقادات إهانة لهم، لذا يكتئبون لعدد من الأيام والأسابيع والشهور، وبذلك فهم معرضون جداً للاكتئاب.

كذلك النوع الصفراوي مقترن بالتستوستيرون، الذي هو أيضا موجودة لدى الرجال والنساء. هؤلاء الناس مباشرين، مركزين، صعبين، تحليليين، منطقيين واستراتيجيين. لديهم قدرا كبيرا من الشجاعة ويرغبون في المنافسة. غالبا ما يكون شكل فكيهم مربعا، وعظام الوجه بارزة وجباه عالية. يستخدمون كلمات مثل "الفكر" "الطموح" و"التحدي".

على الرغم من أن هذه السمات تتمثل في أعضاء من كلا الجنسين، ولكن الأشخاص الأكثر ضمن هذا النوع هم من الرجال. وهم نوعية خاصة من الناس، الصفراويون يتميزون بقدرتهم على تنظيم الأمور. هذا هو السبب في أنهم يتمتعون

عادة بقدرات في الرياضيات وغيرها من العلوم الدقيقة ، ولديهم صعوبة في الواقع في محاولة فهم لماذا لا يمكن للمناهج التي يستخدمونها من أجل حل مشكلة رياضية يتم استخدامها عند حل القضايا في الجوانب أو العلاقات الأخرى. كما أن هرمون تستوستيرون يسهم أيضا في مهاراتهم المكانية. ويمكن أن ينعكس هذا في القدرة الموسيقية، وفي الرياضيات، والرياضية، ولا سيما التي تتطلب المهارات المكانية، مثل كرة القدم.

كما ذكرنا سابقاً، هؤلاء الناس هم جيدون في علم الهندسة والرياضيات، والتي غالبا ما يؤثر في خياراتهم المهنية. هم ينحون إلى التركيز على الهدف حينما يعملون. كما أن تركيزهم عميق وضيق. فحينما يكونون مشغولين بشيء فإنهم غير قادرين على ملاحظة الأشياء الأخرى التي تجري حولهم. النساء قليلات جدا ضمن هذا النمط، ولكن الغريب أنهن اجتماعيات أكثر. وببساطة جدا لديهن طرق مختلفة جدا في التعامل مع القضايا. ومن أخطاء النساء في هذا النمط هو محاولة خنق شركائهم بالحب ومطاردتهم حتى النهاية.

هؤلاء هم الملوك والملكات في معرفة الأشياء. وارتفاع نشاط هرمون تستوستيرون لدى هؤلاء الرجال والنساء يجعلهم واضحين. وعموما، لا يسعون إلى أن يكونوا مهذبين ومحترمين أو أصدقاء، أنهم يفعلون الأشياء وفقا لما هو مناسب لهم، والأهم من ذلك، أن يتماشى مع أهدافهم. من جانبهم فإن هدر الكلمات وتكرارها رغم وضحها يبدو لا طائل منه لديهم. وإجبارهم على فعل ذلك هو وسيلة مؤكدة وناجحة لإزعاجهم.

ويتميزون بالبراغماتية. أنها تعتبر أنموذجاً لهم لاتخاذ قراراتهم بسرعة والعمل على الفور عكس الآخرين، ليس لديهم مشكلة عندما تعرض عليهم خيارات متعددة. قواهم في غاية الشكيمة، يتصرفون وفقا لشعارهم: "الكلام رخيص". هذا يعني أنهم يفضلون بدلا من ذلك إثبات أنفسهم من خلال العمل، ووضع الحديث جانبا.

تستمع بالكاد إلى الصفراوي وهو يتحدث، وعلى نحو ما كان يخطط للقيام بـه. أنهـم يميلون في الواقع إلى نسيان كل ذلك الحديث لأنهم مغادرين المكـان في أقـرب وقـت. هذا النوع من السلوك هو مزعج للغاية ومحرج لصاحب النمط لصفراوي. وقد يعتقد انه ممل جدا وليس له أي نصيب، ولكن الحقيقة هي انه غالبا ما يكون الشخص الذي هو أكثر متعة.

أنهم ببساطة ميالين بشكل طبيعي لوضع أهداف ثم الوصـول إليهـا. والإيمـان والمنطق، وتحقيق المنطق، والصفراوي رجال ونساء متشككون وعـديمي الثقـة، وأنهـم بحاجة لتقصي الحقائق من تلقاء أنفسهم، ثم تحليلـها مـن قبلـهم. وهـذا النـوع لديـة مهارات كبيرة في حل المشكلات. ولذا فإنهم يعملون بجريئة وثقة بـالنفس. وكلاهمـا الثقة والجرأة تنشأ من نشاط هرمون تستوستيرون المرتفعة. ليست لديهم مشـكلة مـع تحمل ساعات طويلة من العزلة والعمل والراحة إلا إذا كان ذلك يحقق لهـم هـدفهم، كما أنهم مستقلين للغاية، وليس لـديهم الكـثير مـن الاحـترام للشـهادات والأوراق الأخرى. مسلحين بالحكم الذاتي والاستقلال، وهم ذو قدرة تنافسية عاليـة، ويمكـن أن يكونوا عدوانيين، وهذه علامة أخرى على نشاط هرمون التستوستيرون.

وعلى الرغم من حقيقة أن لديهم معايير عالية وعمل طويل وشـاق، إلا أنهـم نادرا ما يشعرون بالارتياح مع الوقت والجهـد الـذي قضـوه في مشـاريعهم. والكـثير منهم يعيشون مع قلق دائم مـن الفشـل. بمجـرد أن تخيـب أنفسـهم، فـإنهم يلومـون أنفسهم بلا هوادة. ومع ذلـك، فـإنهم لا يتخلـون عـن محـاولاتهم لتحقيـق النجـاح ومواصلة السعي لتحقيق الأهداف. أنهم يحبون المعرفة والبحث عـن شـركاء أذكيـاء. لكنهم يتجنبون التجمعات بصفة عامة ما لم يكن همهم المحادثة، والتي بالطبع يجب أن تكون ذات صلة بطريقة أو بأخرى بتحقيق أهدافهم.

ويتميز نوع صفراوي السمات في السيطرة علـى مشـاعرهـم، لأنهـم معجبـون بالسيطرة على المشاعر. بل أنهـم يسـعون لكـي تكـون منطقيـة، وتحليليـة، ومختصـة،

وعادلة، ومقنعة. وهؤلاء الناس عادة ما يظهرون برودة، فهم لا يبتسمون كثيرا ويتجنبون التواصل بالعيون. على الرغم من جهودهم التي ترمي إلى ضبط النفس، لأنهم قد "يفقدانه" في بعض الأحيان بسبب الغضب الانفجار.

وأخيرا فالشخصية من النوع السوداوي تميل إلى أن تكون هادئة، لديها ولاء لعائلاتهم وأصدقائهم، ومنظمة ودقيقة للغاية. أنهم حذرين وتقليديين. ورثت هذه من الجينات في نظام السيروتونين لدى الرجال والنساء. الكلمات المفضلة لديهم هي "الأسرة" و"الموالين" "الاحترام" و"الرعاية" "القيم" و"الأخلاقية".

الاحترام والقضايا الأخلاقية ذات أهمية خاصة لهم. وأنهم يحبون اتباع التقاليد والأعراف، واحترم السلطة، واتباع القواعد، وتشعر بالراحة في اتباع التسلسل الهرمي، حيث يتم تنفيذ هذه الهيكلية، واتباع القواعد والنظام. ومن المهم بالنسبة لهم أن يشعروا بأنهم جزءاً من المجتمع الأكبر ويرون في ولائهم له واجبا. وترتبط سماتهم الحزينة مع السيروتونين، الذي يكبتون الميول العدوانية. هذا ما يفسر لماذا الناس السوداويون يتمتعون بالهدوء والثقة بالنفس، وشدة التعلق بعائلاتهم والمجتمع والولاء لهم. فهم منظمون جداً وليس لديهم القدرة على التنبؤ. أنهم يتمتعون بوضع خطط ويحتفظون بالجداول. أنهم يحبون الروتين، الذي يجدونه استرخاء. وهذا لا ينبغي أن يشكل مفاجأة لان أي حركة متكررة تزيد من مستويات السيروتونين لذا فهو مريح في طبيعته، ولكن لا أحد يتمتع به أكثر من الكئيب.

هؤلاء يتميزون بالانتباه للتفاصيل، فهي تذكرهم بالتواريخ الخاصة والمناسبات، وتفاصيل عن جيرانهم وزملائهم. لا ينظرون إلى العلاقات الأسرية والاجتماعية كشيء تحد من حريتهم ومرونتهم، وهذا يمكن أن يكون مع الدموي والصفراوي. في الواقع، هذه هي لهم شبكات الأمان، ونوع من السقوط اللين في المكان ولكن في نطاق اكبر. وهو أيضا ما يضيف معنى لحياتهم. وأن علاقاتهم بالمجتمع والأسرة هي من هذا القبيل تشكل جزءا هاما من حياتهم، فهم بالتأكيد لا يمكن أن يروا أنفسهم

دون ذلك. وعندما يشعروا بأنهم بعيدين عنهم، فإن حياتهم ستكون مدمرة، لأنهم قد يموتوا بالمعنى الحرفي. لهذا السبب فإن الكئيب ليس من المرجح أن يكون شخص يستطيع الزواج من أجنبية أو يغادر إلى بلد آخر للحصول على الإقامة الدائمة.

هم منظمون حتى في خطابتهم، ويعبرون عن أنفسهم بدقة، وبشكل مضبوط، وتوفير كافة المعلومات ذات الصلة. إذا كنت مقاطعا لهم أو تطلب منهم سؤال فإنهم يعتقدون أنك لا تهتم بما يتحدثون عنه. على عكس الدموي، أنهم يكرهون الانحرافات والإحباط. إذا كنت تريد أن تصنع لا تتحدث عن أفكارك الكبيرة، بدلا من إعطائهم معلومات دقيقة، والتمسك بالتفاصيل. ويعربون عن حاجتهم إلى النظام حتى في نكاتهم. أنهم لا يحبون الدعابة أو النكتة لديهم هراء دون حل، ونكاتهم تعكس النظام، والقدرة على التنبؤ والانغلاق.

الناس من شخصية السوداوية ليست منظمة فقط، بل هي أيضا دقيقة. فهي عملية المنحى. ويحبون أن يسعوا إلى تحقيق أهدافهم بطريقة واضحة ودقيقة. قبل أن تبدأ المهمة المحددة، فإنهم بحاجة إلى تنظيم أنفسهم وكسر المهمة إلى خطوات يمكن التحكم فيها. هؤلاء ليسوا من النوع الذي يعمل تحت الضغط.، لتكون مريحة، فإنها تحتاج إلى أن تكون في موقف واضح، حيث معرفة التفاصيل التي أثبتت جدواها سابقاً.

يتسمون بالثبات والصبر. لا يصل عليهم الملل بسهولة، ويتفوقون في المهام التي تتطلب الاهتمام والتكرار. ومن المثير للاهتمام، أن الإجراءات المتكررة تؤدي إلى رفع مستويات السيروتونين أكثر. هذا هو السبب في أن بعض الناس تقوم بتكرار العمل نفسه مرارا وتكرارا عندما تكون قلقة، مثل القيام بالفحص لمعرفة ما إذا كان تم إغلاق الباب جيدا أو إذا ما كانت الإضاءة قد تم إطفاءها، وإعادة تدقيق حقيبتهم قبل السفر. لسوء الحظ الكئيب السوداوي هو الأكثر عرضة لاضطراب الوسواس القهري، حيث يمارس الشخص طقوس لا معنى لها، مثل غسل اليدين أو التنظيف

المفرط أو العد من أجل منع بعض الكوارث بتصوره. قد يكون البعض منهم يعانون بطريقة أقل وضوحا، ولكن الأصعب على الأرجح عندما يقوم بجترار ذلك مرارا وتكرارا عن نفس الفكر أو إعادة النظر في ذلك مئات، إن لم يكن آلاف المرات كل يوم. كما ينعكس أيضا الانتظام في أذواقهم، من حب التصاميم الهندسية التي هي بسيطة، ومنظمة، ويمكن التنبؤ بها، والمتكررة والمتناظرة. ولكن في الواقع أن معظم الناس هم مزيج من عدة أنواع من السمات التي تجعلها أكثر مرونة بكثير.

هؤلاء الناس هم المديرين والمسؤولين المتازين، لأنهم يتبعون القواعد، والتمسك بالحقائق، فهم موثوقون ويسعون للحفاظ على الروابط الاجتماعية. وهم رائعون في إدارة الناس، إن كان في العمل أو في المنزل. واحدة من أقوى الاحتياجات الخاصة لديهم هي الحاجة للانتماء. هذا هو السبب في أنهم يريدون أن يكونون موثوقين ومحترمين. هم فخورون بانجازاتهم، ويحصلون على الجوائز والميداليات والشهادات، وصورهم مع أشخاص من ذوي النفوذ. عموما، أنهم يريدون أن يفعلوا الأشياء بطريقة مقبولة.

وعلى الجانب السلبي، فإن الناس ذوي الشخصية السوداوية منغلقين، متحجري الفكري وعنيدين. كما أنهم يميلون إلى التشاؤم، والتي قد تتحول إلى الاستسلام، والاعتقاد بأن الأشياء لن تتغير للأفضل. معربين عن تفوقهم الأخلاقي. قد يميلون الى التقشف، كما يمكن أن يتركز اهتمامهم على الماضي، كما قد يكون لديهم صعوبة في وقف ما يقومون به.

ولكن رغم ذلك فإن معظم الناس هم مزيج فريد من هذه الأنواع الأربعة من السمات المختلفة، حيث أن كل الصفات موجودة إلى حد ما. ومع ذلك، فإن بعض هذه الصفات هي السائدة. ويظهر في الغالب نوع من المزاج الرئيس الخاص لدى كل شخص وبذلك تتلون شخصيته بذلك النوع وتسمى به.

وقد وصف افلاطون المجتمع المثالي الذي فيه كل مواطن لدية دور تكاملي في بقاء النظام الاجتماعي. وبالرغم من انه لم يهتم بالمزاج، إلا أن الأدوار الاجتماعية

التي عرفها يمكن أن تكون ذات صلة بالمزاجات. فالعقلانيين هم العلماء والمفكرين والمحققين والمنطقين. أما المثالين فهم الفلاسفة وكانوا هم الحدسيين وذوي الإحساس والذين يعتنون بأخلاق المجتمع. أما الحراس أو الأوصياء فهم المشرعين والذين يقومون بالعناية بالمجتمع وذلك بسبب عمليتهم وحسهم العام. وأخيرا الصناع وكانوا هم الفاعلين والعمليين.

ولكن وجهة النظر هذه في الشخصية الإنسانية لم تتوقف عند أفكار أبقراط أو أفلاطون فقط، فقد طور جالينوس أفكار أبقراط وحاول ابتكار تصنيف نوعي شامل عن المزاج وذلك في بحث له عن المزاجات. والذي افترض فيه أن الأسباب الفلسجية للسلوك مختلفة بين البشر. وبأن جسم الإنسان يعمل ككائن حي موحد. ويجب أن يعامل في الصحة والمرض باعتباره وحدة واحدة كاملة ومتماسكة ومتكاملة. في التشخيص، يجب دراسة الأعراض الذاتية للمريض من أجل التوصل إلى تقييم دقيق لما يجري، وهو يؤكد على الفهم الشامل للكائن البشري وكيف يعمل في حالة الصحة والمرض. ولكل شخص مزاج مهيمن والذي هو العلامة المميزة لشخصيته. ويمكن التعرف على الشخص من خلال لون بشرته والتي تتميز بين الصفراء واللون الحمر إلى حدا ما. فالصفراوي يتميز بالبشرة الصفراء والجرأة والنشاط. والشخص السوداوي هو كئيب ولون البشرة رمادي قليل إلى حد ما والمنخولي بشرة فاتحة. ومن ثم صاغ فكرة المزاجات الأربعة. والتي هي:

أ.الشخص الدموي:

يشير إلى شخصية الفرد بمزاج الدم، والذي يعتقد بأنه من إنتاج الكبد. ويمثل فصل الربيع(رطب وحار) وهو أيضا يمثل عنصر الهواء. هذا الشخص الدموي متفاءل عموماً، مبتهج، هادئ الطبع، واثق، عقلاني، شعبي، محب للمزاح. هو أو هي يستغرق في أحلام اليقظة إلى حد انه لا يُنجز شيئاً، مندفع، يتصرف وفق نزواته بشكل لا يمكن التنبؤ به، لديه عادة قدر أو نوع من الطاقة، ولكن لدية مشكلة في توجيه تلك الطاقة، وهذا أحيانا يوصف بحالة الهوس لاضطراب ذو القطبين.

ب.الشخص الغاضب:

ويشير إلى سائل الصفراء، وهي المادة الصفراء المخضرة الموجودة في المرارة، ويمثل فصل الصيف(جاف وحار) وهو عنصر النار. الشخص الغاضب هو شخص فاعل وقائد، ولدية الكثير من الطموح والطاقة والدافع، يحاول غرسه في الآخرين، ولكن يمكن أن تسيطر على الناس مزاجات أخرى، خصوصا الأنواع البلغميه. يمتلك الكثير من الخصائص العظيمة، هناك الكثير من الشخصيات العسكرية والسياسية كانت من هذا النوع الغضوب. ومن الجانب السلبي فانه يغضب بسهولة أو معتدل السوء. ولدى جماعة الأطباء يعامل على انه الطفل الذي يشعر بمغص ويبكي كثيراً ويبدو على انه غاضب وبشكل ثابت. هذا التكيف الغاضب على الرغم ليس هناك احد يعزوه إلى الصفراء. وعلى نحوٍ مماثل، يوصف الشخص الغضوب كصفراوي متوسط الشجاعة، مريب، ونشط.

ج.الشخص البلغمي:

هو شخص هادئ وغير عاطفي، وهو ينتسب إلى مادة البلغم التي مصدرها الرئتين. ويماثل فصل الشتاء(رطب وبارد)، وهو يعبر عن عنصر الماء. الأشخاص البلغميين لديهم نوع من الرضا الذاتي عموماً، شخصيات خجولة، ويمكن أن تمنع الحماسة عن الآخرين وتجعلهم كسالى، وهي شخصية مقاومة للتغيير، ومتماسكة جدا، ومسترخية، وملتزمون، يمكن أن يكونوا دبلوماسيين أو مدراء جيدون. مثل الشخصية الدموية، لديهم العديد من الأصدقاء، لكنهم موثوقون وأكثر عطفاً. خصائص الشخصية البلغمية هذه تمثل أنموذج الصديق الموثوق أكثر.

د.الشخص الكئيب(السوداوي):

الخصية السوداوية فرد يتميز بالسوداء، لذلك، باليونانية تسمى من(كلمة melas أسود + kholeالصفراء)، مع العلم بأنه ليس هناك في الجسم سائل يقابل

امتزاج اللونين الأسود والأصفر. على أية حال، يتفسخ نخاع الغدد الكظرية بسرعة كبيرة بعد الموت، ومن المحتمل أن هذا هو الذي ينتج السوداء الأسطورية. أي شخص يتأمل ويعمق التفكير لدية ميل سوداوي، فهو رحيم ومراعي لشعور الآخرين جداً في اغلب الأحيان. فهو يمكن أن يكون مبدع جداً كما هم الشعراء والفنانين، ولكن يمكن أن يكون مهووس جداً بالمأساة والوحشية في العالم، وبهذا يكون مكتئباً. وهو يشير إلى فصل الخريف أيضاً(جاف وبارد) ويمثل عنصر التراب. والسوداوي أيضا في اغلب الأحيان ينشد الكمال، وهم استثنائيين جدا حول ماذا يريدون وكم يريدون. وهذا يؤدي في اغلب الأحيان إلى أن يكون مستاء جدا حول موهبته الفنية أو عمله الإبداعي. وهم دائما يشيروا إلى خارج أنفسهم ماذا يستطيعوا وما يجب أن يغتنموا. هذا المزاج يصف المرحلة المكتئبة لاضطراب ذو القطبين.

ونتيجة لتطور هذه النظرية في اليونان القديمة، فإن انتشارها في الشرق الأدنى القديم كان فورياً، وقد تم ذلك عبر الثقافة العربية المنتشرة في البحر الأبيض المتوسط. ومن ثم فقد انتشرت في كافة أوروبا والعالم الإسلامي وقد سيطرة على التفكير الغربي في كافة أنحاء أوروبا في القرون الوسطى وفترات عصر النهضة وما زالت ممارساتها في كافة أنحاء العالم. كما انه ليس هناك نظرية أو بعض المفاهيم والتي مست حياة الإنسانية عبر التاريخ، قدر ما أسهمت به نظرية المزاجات الأربعة. أن التراث الثقافي والتاريخي لهذه النظرية كان هائلا. وامتدادا لنظرية المزاجات فإن علماء النفس يجرون بحوثهم حول العلاقات بين الشذوذ واختلال التوازن الكيميائي والأعراض السلوكية الشاذة. أن مزاجية الإنسان وعواطفه وسلوكه هو نتيجة تفاعل هذه السوائل. أن نظرية المزاجات الأربعة أصبحت نظرية طبية سائدة لأكثر من ألفين سنة بعد وفاة جالينوس، وقد حصلت على انتشار واسع وشعبية واسعة في العصور الوسطى. لكن العلماء في ما بعد تجاهلوا السوائل الأربعة كمؤثرات حاسمة في السلوك البشري وأعطوها أسماء جديدة ومختلفة، وفي ضوء ذلك شكلوا نظريات حديثة وعديدة عن المزاج.

وفي القرن الثامن عشر ونتيجة لتقدم الطب وبسرعة واكتشاف الوظائف والأنظمة الهضمية والتنفسية، تغير موقف الأطباء من نظرية الأمزجة الأربعة. ولكن، توجه الناس إلى معرفة واكتشاف الشخصية من خلال تعابير الوجهة وما يسمى لغة الجسد، وذلك من خلال علم الفراسة فكان العالم السويسري يوهان كاسبر لافات Johann Kaspar Lavateالذي استخدم المزاجات لتقديم أنواع من الشخصية، في ضوء النماذج الأربعة ولكن من خلال ملامح الوجه وألوانه، فقد خصص يوهان كاسبر بعض الخصائص مثل البهجة والكرم والشفقة إلى بعض الأنواع، بينما خصص أخرى، مثل: الاستبطان، التأمل الروحي، يعزوها للآخرين. وقد أشار إلى المزاجات الأربعة،والتي هي: الدموي، والصفراوي، والبلغمي، والسوداوي.

وأشاع الفيلسوف الألماني أمانوئيل كانت هذه الأفكار في بتنظيم تركيبات على طول محورين: المشاعر والنشاط أو الفعالية. ولخص أربعة أنواع في كتاباته. لنوع الدموي لاحظ: أنه الشخص سعيد وهانئ ومليء بالأمل. على أية حال، انه يعزو أهمية كبيرة إلى تصرفه في هذه اللحظة. ولكن ربما ينساها لاحقاً. هو جيد في مساعدة الآخرين، ولكنه مدين سيء ويسأل وبشكل متواصل عن موعد الدفع، وهو اجتماعي جداً، يرغب بالمزاح، قنوع، لا يأخذ الكثير من الأشياء بجدية، لدية العديد من الأصدقاء، هو ليس شرير ولكنه من الصعب أن يتحول عن أخطائه. قد يندم ولكن هذا الندم سريعا ما ينسى(ولا يصبح أبداً شعورا بالذنب)، يتعب بسهولة ويضجر من العمل، لكنه ينشغل وبشكل ثابت في الكثير من الألعاب. انه يحمل معه تغير ثابت، وإصراره ليس شديداً.

وفي أواخر القرن التاسع عشر شرح الفسيولوجي الألماني ويلهيلم فونت أبعاد هذه النظرية. فقد كان الشخص الأول الذي فصل الشخصية الإنسانية عن وظائف الجسم. بعد ذلك، فسر بأن المزاج لا يمكن أن يكون محددا بالسوائل الجسمانية. واعتقد بان الفرد لا يكون متكاملا من مزاج واحد. وذلك أن كل شخص نموذجيا له

أبعاد مختلفة من اثنين أو أكثر. كما اعتقد بان تلك الأمزجة الأربعة كانت أبعاد أساسية في الشخصية الإنسانية، وان تلك المزاجات تقع على طول محورين: قدرة التغيير والعاطفية.

وفي القرن العشرين بدأ النمو السريع لعلم النفس، وأدى مبكراً إلى اهتمام متزايد في الشخصية الفردية، وبشكل خاص من قبل عالم النفسي السويسري كارل يونج الذي صنف الوظائف العقلية إلى إحساس، حدس، تفكير، شعور. كما وضع الفسيولوجي الروسي المشهور بافلوف أيضاً نظرية في ذات الموضوع بعد أن نقى مخطط أبقراط. كذلك كلا من، هانس أيزنك ، والعالم وجوردون ألبورت، وشيلدون ونظامه التصنيفي.

وإلى الآن تلاقي هذه النظرية اهتماماً كبيراً من قبل العلماء والباحثين، وهناك تطورات جديدة ولكن بتصور وبشكل عصري جديد يواكب الثورة العلمية والمعلوماتية التي يعيشها العالم اليوم. يميل تحليل الشخصية الحديث إلى تصنيف الأفراد إلى احد الأنواع الرئيسية الأربعة. فهناك العديد من المدارس والنظريات المختلفة في مجال علم النفس والتي لها جذور تمتد في أعماق التاريخ. حيث لدينا نظريتين هما نظرية حقيقة ألوان، ونظرية ديفيد كريسي.

خامساً: الشخصية من ناحية علمية

الشخصية هي صفة معنوية تميز كل فرد انسان بشكل خاص مستقل متميز عن الاخر وهي بصمة وجودية كونية للانسان. والكل يعرف باحساسه الداخلي وتقييمه الوجداني معنى الشخصية ولكن لا يقدر ان يصف احساسه بكلمات محددة واضحة لتلك الشخصية وبناء على معايير علمية ثابتة ومقاييس محددة مرجعية لمفهوم شخصية.

فالرجل له ميزة عامة بشخصيته او خطوط عريضة تحدد شخصيته في مجتمعه تعتمد على الموروث الثقافي والعادات والتقاليد والمفاهيم وطبيعة العلاقات الاجتماعية والتركيب الاجتماعي والبيئة الحياتية المحيطة والشكل الحضاري للمجتمع وكذلك المرأة بشخصيتها تخضع لتلك الاعتبارات.

ولكن قراءة الشخصية وتحديد صفاتها في اي مجتمع انساني تبقى لغاية الان خاضعة لاعتبارات غير محددة تماما فهي مجردة النظرة ومعنوية بالمطلق والسبب ان الدلالات المادية المؤدية للشخصية بقيت غامضة وغير معروفة للانسان لغاية الان رغم التقدم العلمي الهائل.

الا انه هناك بعض الاكتشافات الخجولة التي تعطي اضاءة ولو بسيطة على ماهية الشخصية عند الانسان حيث اكتشف عالم ياباني في مجال علم الطاقة الحيوية بان كل انسان يوجد على جسده حقل من الطاقة يتمثل بخطوط قوسية الشكل منحنية تشكل شكلا بيضاويا كالبيضة تماما راسها الاعلى يمثل قمة رأس الانسان ورأسها الاسفل يمثل نقطة منتصف راحة القدم او القدمين.

وان خطوط الطاقة هذه كثيفة الى درجة انها تشكل جدارا سميكا من الطاقة يصل طول قطره العرضي ثلاثة امتار الى سبعة امتار وقطره العمودي اربعة امتار الى خمسة عشر مترا وان هذه الخطوط تشبه تماما الخطوط الكهرومغنياطيسية فهي تحوي

كهرباء ساكنة وقوة مغناطيسة وطاقة ستاتيكية وطاقة خامية متحولة الى ديناميكية وحركية وحرارية وكيماوية ووضعية والى كل انواع الطاقة الحيوية داخل جسم الانسان وبمعنى آخر فإن حقل الطاقة هذا يحوي بداخله سبعة عشر نوعا من الطاقة اولها الكهرباء وثانيها الحرارة الى اخره مما يحتاجه جسم الانسان في حياته.

وفي حال التقاء شخصين مع بعضهما والاقتراب بمسافة تسمح لتقاطع خطوط الطاقة لكليهما فانهما يتبادلان الطاقة فيما بينهما ويشكلا حقلا متعادلا من الطاقة بحيث يتحول احدهما الى موجب والاخر سالب تبعا لفرق الجهد بين الحقلين.

هذا وقد وجد بان الذكر يحمل حقلا موجبا والانثى حقلا سالبا واذا ما تحاضنا او تعانقا فان الحقلين يتحولان الى حقل واحد متعادل الشحنة ويتبادلان الطاقة فيما بينهما فمن لديه نقص بنوع من الطاقة يكمله من الاخر ووجد بان كل حقل على انفصال له ايضا شحنتين فالراس يمثل الشحنة الموجبة والقدمين الشحنة السالبة واذا ما اصيب جسم الانسان باختلال في ميزان الطاقة الداخلية الحيوية ووضع راسه بين قدميه بحيث ان باطن كل قدم تلامس قمة الراس جهة الصدغ وهي مواقع نقاط الطاقة فان الخلل يزول فورا خلال ثواني ويعود الجسد لكامل عافيته

والاختلال بالطاقة اعراضه احساس بالارهاق والتعب وقلة الحيلة والضجر والملل والانفلات من الحياة والميل للوحدة والجنوح نحو الانتحار والاحساس بالكابة الشديدة وقلة القيمة وفقدان الاحساس بالحياة وكل هذا يكون باسباب غير مرضية او خلل عضوي وينتاب الانسان فجاة ودون اسباب معروفة وربما يكون نقصا بالطاقة وعلاجه هو معاشرة الجنس الاخر كي يعادل الطاقة الناقصة وتكون عملية الجنس هي اللقاء اللتي يتم من خلاله اكبر تبادل للطاقة بين الجنسين حيث مواضع نقاط الطاقة التبادلية الرئيسية هي اعضاء الجنس والفم والوجه اي الخدين والجبهة والصدغ والقدمين والاطراف وهي اصابع اليدين وقمة الكتف والرقبة والنهدين والسرة منتصف البطن وتنتقل الطاقة من خلال الملامسة والتقبيل وممارسة الجنس ويعتبر

السلام وضع الكف بالكف هو عملية توصيل للطاقة وتبادل بين الشخصين بشرط ان تمكث الكف بالاخرى مدة لا تقل عن عشرة ثواني والافضل ان تستمر لثلاثين ثانية مع هز اليد وملامسة رؤوس الاصابع لانها اقطاب تمركز الطاقة.

وتعتبر الشفتين نقطة نقل الطاقة الكبيرة ما بين الذكر والانثى اذ تحملان شحنة كبيرة من الطاقة وتعتبران منفذا رئيسيا لحقل الطاقة عند الانسان من كلا الجنسين كذلك العضو الذكري وهو راس العضو تحديدا وفرج الانثى وله نقطتين هما راس البظر وفتحة المهبل وهناك نقاط طاقة ثانوية مهمة ايضا منها راس الكتف والعنق تحت الحنك مباشرة وخلف الاذن والصدغ والخد اي قمة عظم الوجنة ومنتصف الجبهة ومركز اسفل القدم واصابع القدم واصابع اليد ومنتصف الظهر بين الكتفين ومنتصف الظهر مقابل السرة والسرة نفسها وحلمة الثدي عند كلا الجنسين.

ونعود الى علاقة هذا الاكتشاف بالشخصية حيث وجد بان كل انسان هويته الذاتية اللتي تحمل نمط تفكيره ونوع احساسه ومدى ذكائه وزخم علمه ومعرفته وتجربته الحياتية ومدى قوته او ضعفه الجسدية والنفسية والعقلية كل هذه الميزات مكتوبة بلغة رقمية على حقل الطاقة الخاص بالانسان واذا ما تقاطعت خطوط حقل الطاقة مع الجهاز العصبي لانسان آخر يعمل الجهاز العصبي على تحليل المعلومات الموجودة في الحقل وقراءة اللغة الرقمية ومعرفة هوية الشخص المقابل فيبعث الدماغ معلومات لصاحبه على شكل حدس وتخمين وتوقع واحساس وجدواني غير معروف السبب وغير مبني على ادراك وحس مباشر بان الشخص المقابل صفاته كذا وكذا وهذه الصفات هي ملامح الشخصية فان كان شجاع مثلا او قوي او ذكي او كريم سيظهر ذلك من خلال قراءة الدماغ لحقل الطاقة التابع للشخص المقابل.

ولهذا فانك كلما اقتربت من الانسان الاخر ولامسته وعاشرته كلما تعرفت اليه اكثر وظهرت ميزاته بتفصيل ووضوح لديك لان دماغك يقرا اكبر كمية من هويته المكتوبة على حقل الطاقة التابع له ويبلغك بشكل لا ارادي.

هذا وما زال العلم يبحث ويعمل الدراسات الكثيرة والمتنوعة في هذا المجال الغامض اللذي يحمل الكثير من الاسرار وما زال الانسان يجهلها.

سادساً:الشخصية السوية

الشخصية السوية من وجهة نظر القرآن الكريم

1-الشخصية المؤمنة التى تعمل عملا صالحا وتتواصى بالحق والصبر: قال تعالى ﴿ وَٱلْعَصْرِ ۝١ إِنَّ ٱلْإِنسَـٰنَ لَفِى خُسْرٍ ۝٢ إِلَّا ٱلَّذِينَ ءَامَنُوا۟ وَعَمِلُوا۟ ٱلصَّـٰلِحَـٰتِ وَتَوَاصَوْا۟ بِٱلْحَقِّ وَتَوَاصَوْا۟ بِٱلصَّبْرِ ﴾[1].

2-الشخصية المؤمنة بالآخرة و حقائقها: ﴿ رَبَّنَآ إِنَّكَ جَامِعُ ٱلنَّاسِ لِيَوْمٍ لَّا رَيْبَ فِيهِ ۚ إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُخْلِفُ ٱلْمِيعَادَ ﴾[2].

3-الشخصية التى تؤمن بالقدر و تتجنب الصراع النفسى: ﴿ مَآ أَصَابَ مِن مُّصِيبَةٍ فِى ٱلْأَرْضِ وَلَا فِىٓ أَنفُسِكُمْ إِلَّا فِى كِتَـٰبٍ مِّن قَبْلِ أَن نَّبْرَأَهَآ ۚ إِنَّ ذَٰلِكَ عَلَى ٱللَّهِ يَسِيرٌ ۝٢٢ لِّكَيْلَا تَأْسَوْا۟ عَلَىٰ مَا فَاتَكُمْ وَلَا تَفْرَحُوا۟ بِمَآ ءَاتَىٰكُمْ ۗ وَٱللَّهُ لَا يُحِبُّ كُلَّ مُخْتَالٍ فَخُورٍ ﴾[3].

4-الشخصية المحبة لربها و التى ترجو رحمته و تخشى عذابه. والأدلة من القرآن كثيرة اقرؤا إن شئتم الآيات الآتية:

1-من سورة:الأنفال آية: 2 .

2-" : النحل آية: 53 .

3-": الأعلى آيات: 10،11 .

4-": الملك آية :12 .

---

[1] سورة العصر.
[2] آل عمران:9.
[3] الحديد:23:22.

ودلائل سمات الشخصية السوية بالقرآن:

- الصدق في القول ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ ٱتَّقُواْ ٱللَّهَ وَكُونُواْ مَعَ ٱلصَّٰدِقِينَ ﴾[1].
- إخلاص النية واجتناب الرياء: ﴿ وَمَآ أُمِرُوٓاْ إِلَّا لِيَعۡبُدُواْ ٱللَّهَ مُخۡلِصِينَ لَهُ ٱلدِّينَ حُنَفَآءَ وَيُقِيمُواْ ٱلصَّلَوٰةَ وَيُؤۡتُواْ ٱلزَّكَوٰةَۚ وَذَٰلِكَ دِينُ ٱلۡقَيِّمَةِ ﴾[2].
- الموضوعية و احترام حقوق الغير: ﴿ يَٰٓأَيُّهَا ٱلَّذِينَ ءَامَنُواْ كُونُواْ قَوَّٰمِينَ بِٱلۡقِسۡطِ شُهَدَآءَ لِلَّهِ وَلَوۡ عَلَىٰٓ أَنفُسِكُمۡ أَوِ ٱلۡوَٰلِدَيۡنِ وَٱلۡأَقۡرَبِينَۚ إِن يَكُنۡ غَنِيًّا أَوۡ فَقِيرٗا فَٱللَّهُ أَوۡلَىٰ بِهِمَاۖ فَلَا تَتَّبِعُواْ ٱلۡهَوَىٰٓ أَن تَعۡدِلُواْۚ وَإِن تَلۡوُۥٓاْ أَوۡ تُعۡرِضُواْ فَإِنَّ ٱللَّهَ كَانَ بِمَا تَعۡمَلُونَ خَبِيرٗا ﴾[3].
- حفظ الأمانة و صيانتها: ﴿ إِنَّ ٱللَّهَ يَأۡمُرُكُمۡ أَن تُؤَدُّواْ ٱلۡأَمَٰنَٰتِ إِلَىٰٓ أَهۡلِهَا ﴾[4].
- العفو عند المقدرة: ﴿ وَلۡيَعۡفُواْ وَلۡيَصۡفَحُوٓاْۗ أَلَا تُحِبُّونَ أَن يَغۡفِرَ ٱللَّهُ لَكُمۡۚ وَٱللَّهُ غَفُورٞ رَّحِيمٌ ﴾[5].
- الصبر وتحمل مشكلات الحياة أعبائها ﴿ وَٱسۡتَعِينُواْ بِٱلصَّبۡرِ وَٱلصَّلَوٰةِۚ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى ٱلۡخَٰشِعِينَ ﴾[6]. و أيضا ﴿ وَلَنَبۡلُوَنَّكُم بِشَيۡءٖ مِّنَ ٱلۡخَوۡفِ وَٱلۡجُوعِ وَنَقۡصٖ مِّنَ ٱلۡأَمۡوَٰلِ وَٱلۡأَنفُسِ وَٱلثَّمَرَٰتِۗ وَبَشِّرِ ٱلصَّٰبِرِينَ ﴾[7].

---

[1] التوبة :119

[2] البينة:5

[3] النساء : 135

[4] النساء :58

[5] النور:22

[6] البقرة:45.

[7] البقرة:155

- العفة وعزة النفس وكرامتها: ﴿ وَلَا تَجْعَلْ يَدَكَ مَغْلُولَةً إِلَىٰ عُنُقِكَ وَلَا تَبْسُطْهَا كُلَّ ٱلْبَسْطِ فَتَقْعُدَ مَلُومًا مَّحْسُورًا ﴿٢٩﴾ إِنَّ رَبَّكَ يَبْسُطُ ٱلرِّزْقَ لِمَن يَشَآءُ وَيَقْدِرُ إِنَّهُۥ كَانَ بِعِبَادِهِۦ خَبِيرًۢا بَصِيرًا ﴾[1].
- التمتع بالأريحية والعطاء: ﴿ ءَامِنُوا۟ بِٱللَّهِ وَرَسُولِهِۦ وَأَنفِقُوا۟ مِمَّا جَعَلَكُم مُّسْتَخْلَفِينَ فِيهِ ﴾[2].
- التطلع إلى المعرفة و الاستزادة بالعلم: الآيات:97،98 من سورة الأنعام.
- قوة الجسم و سلامة البنيان: ﴿ قَالَتْ إِحْدَىٰهُمَا يَٰٓأَبَتِ ٱسْتَـْٔجِرْهُ إِنَّ خَيْرَ مَنِ ٱسْتَـْٔجَرْتَ ٱلْقَوِىُّ ٱلْأَمِينُ ﴾[3].
- المروءة والتعاون و حب الخير: الآية 2 سورة المائدة والآية 71 سورة التوبة و الآية 10 سورة الحجرات.
- احترام حق الجوار: الآية 36 سورة النساء.
- التقوى والتحكم في الميول والأهواء ﴿ يُصْلِحْ لَكُمْ أَعْمَٰلَكُمْ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ ۗ وَمَن يُطِعِ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥ فَقَدْ فَازَ فَوْزًا عَظِيمًا ﴾[4].

---

[1] الإسراء:29: 30

[2] الحديد :7

[3] القصص:26

[4] الأحزاب: الآيات: 70،71

سابعاً: الشخصية الكاريزمية

الكاريزما كلمةٌ اغريقية الأصل تعني الهبة الآلهية أو المنحة الربانية التي ينعم بها بعض الناس. وهي الجاذبية العظمى والحضور الفائق والقيمة الطاغية التي يتمتع بها هؤلاء، وصاحب هذه الشخصية مؤثر ودود ويتمتع بسلطة فوق الحدود، فهي شخصيةٌ تثير الأعجاب والولاء والحماس ولها فتنة غير عادية. أي انها القدرة التي يمتلكها الفرد للتأثيرِ على الآخرين والأرتباطِ بهم ثقافيا وعاطفيا ونفسيا.

الشخص الكاريزمي: هو شخص يبقى عالقا بالذاكرة حبا ام كرها، ويتميز بقدراتٍ لا متناهية واهمها السيطرة على المجتمعات والشعوب والافراد. وله تلك النعمة الهائلة ما تجعله زعيما يتسم بقوةٍ خارقةٍ وقدراتٍ روحيةٍ نادرة.

فالشخصية الكاريزمية، لها سحرٌ خاص لا يحس به الناس العاديون، وانما هو سحر يسحر الشعوب والافراد حتى العشقْ والوله وقد يدمرها او عمّرها كما فعل هتلر!

وصاحب هذه الشخصية يتصف بسرعة البديهة، مثقف بلا حدود، ومن ابرز صفاته التحدي، التغيير، التجدد الدائم، وله ثقة عالية بالنفس وقدرة خارقة على الأقناع. وقد يكون انسانٌ طيب وخيّر يفيد المجتمع، وقد يكون انسان شرّير مدمّرا له، في كلا الحالتين انه العنصر المؤثرفي المجتمع سلبا ام ايجابا امثلة على ذلك الرئيس جمال عبد الناصر وصدام حسين.

ولاشك ان لكل انسان الأمكانية على اكتساب جماهيرية خاصة، ومدروسة ولكن يصعب على معظم الناس اكتساب كاريزما تضمن ولاء الجماهير والسيطرة الروحية الكاملة، الى درجة تعلقهم بصاحب الرسالة اكثر من الرسالة نفسها كما يفعل هؤلاء.

والشخصية الكاريزمية مزيج من الحكمة والقوة متمثلتَين في اتخاذ القرار الصحيح في الزمان والمكان الصحيحين لأن الكاريزما لا تنتظر ان يشير عليها بفعلٍ ما! .

ومما يجدر ذكره والذي يقف على درجة عالية من سلّم هذا العنوان هو ان للجمال الداخلي دورا رئيسا في اكتشاف وتغذية هذه الشخصية، فلجمالِ ووسامةِ المظهر اهميةً كبرى في تقديرِ حظ ومنال الانسان من العلاقات والمستقبل والقيمة الاجتماعية والحضور، وهذا ما يبدو للناظر ولكنه لا يمثل الحقيقة او النظرية الثابتة للجمال ككلْ على المدى البعيد.

فالجمال الظاهري لا شك انه يتلاشى مع السنين الجميلة من العمر حيث يبدأ الانسان بمراحل الشيخوخة ويفقد نوعا ما من نظارته ونشاطه وعافيته وعنفوان شبابه وشكله، فماذا يتبقّى اذن ؟وكيف سيقضي الانسان سنين عمره الباقية القصار الطوال بعيدا عن ذلك الجمال والشباب الذي كان يجعله ليطير بالفِ جناحٍ وجناح في سماء الحياه الحلوة الرحيبة!!

لنسأل انفسنا ما سر ذلك الجمال الذي لا ينضبْ مع الزمن ولا علاقة له، لا بالتبرج او التأنق ولا ادوات ومواد التجميل او العمليات المتنوعة والمتقدمة والتي شمِلت كل شئ في الانسان في هذا الزمن؟ وكل هذا لا يؤثر على ذلك العمر!

انه (الجمال الداخلي) انه ذلك النور المشع من اعماق الروح البعيدة، تلك هي (الكاريزما).

اذاً الكاريزما هي: ذلك العنصر الذي يتمثل بالجمال الخارق والمخفي في دواخل المرء والمحمي بايمانه الصارم بحيث لا يخالجه ادنى شك، ولا تحرك ريح امكانيته منها على انه موجود! وعلى انه اسمى واعظم عمراً من جمال الشباب وهو في برعم العمر ، حيث انه ينعكس كالنور الوضاّء من العيون وألقٌ غريب عذِب ومتدفق كماء النهر مدى الحياة.

ولو عُدنا بذاكرتنا لنماذج من نجوم التاريخ والسياسة والفن والسينما والمجتمع والرياضة ممن يفتقر لابسط ملامح ومؤشرات جمال الشكل كملامح الوجه والجسم الرشيق رغم انهم كانوا في مقتبل شبابهم لكنهم يفوحون بل ويشعّون بجمالٍ اخّاذ لا احد يدرك في الواقع ما سره او من اين ينبع واين سينتهي! ومثال ذلك كوكب الشرق ام كلثوم لم تكن جميلة الشكل ولكن كانت تمتلك تلك النعمة، بل الحضارة التي اوصلتها لما وصلت اليه.

وقد اكّد علماء النفس، ان الكاريزما عنصر مهم في شخصية القائد لأهميتها في اجتذاب الجماهير والاحتفاظ بولائها. وتلك الجاذبية يُصعب صُنعُها بالتدريب ولكن يبقى ان ثمة شخصيات لديها جاذبية خفية تؤثر على القلوب وتحرّك العقول صوب ما تريد دون جهد يُذكر.

وباختصار انها الثقة القوية بالنفس (فوق الطبيعية) وان مَن يفتقرون الى تلك الجاذبية يحاولون الأستعاضة عنها بدافع الغموض او الكبرياء الخاوي الذي يصنع شئ من الجاذبية لا سيما ان الانسان له حب الفضول للكشف عن المجهول . ان تلك الحيلة يلجأ اليها السياسيون قصيروا الطول او صغيروا الحجم لان الطول والهامة تشكلان عنصرا جذابا مؤثراً في الشخصيات الكاريزمية.

وقد نتسائل إن كان بإمكان اي انسان أن يبني شخصية كاريزمية؟

هذا يعتمد على بعض الأسس العلمية والنفسية التي بإمكان أي انسان الالتزام بها وتطبيقها تطبيقا منتظماً ومتواصلاً كي تؤهله للحصول ولو على جزء منها او لربما كلها. فكيف لنا العمل على توسع ذلك الجمال ليشمل مجالات اوسع في الحياة، او كيف لنا خلقهُ ان لم يكن موجودا اصلاً؟ يتم ذلك من وجهة نظر بعض الباحثين باتباع مجموعة من السلوكيات نذكرها كما يلي:

- المرح الدائم الذي يخلق منك كائنا مشعا بالجمال والجاذبية والتوازن النفسي.

- ضع في مخطط حياتك اهدافا دائمة وأسع لها، فمن الصعب جدا على الانسان ان يحيا بلا أهداف أو أحلام، فالاحلام هي التي تقودنا الى الامام ، وينطبق على هذا قول الشاعر لا اتذكر اسمه، (اعللَ النفسِ بالآمالِ أرقبُها ما اضيقَ العيشِ لولا فسحةِ الأمل!).
- ممارسة رياضة البدنية منتظمة والمتواصلة لرعاية الصحة والرشاقة المطلوبة للجسم الذي يتمركز عنده محور الحياة، حيث قال الرئيس المصري السابق انور السادات في كتابه عن سيرته الذاتية، (رغم انشغالي وشؤوني ووقتي الضيق طوال عمري كنت اركض كل يوم 10 كيلومترات صباحا قبل الفطور لأن الرياضة ليست فقط ترويضا للجسم فحسب وانما ترويضا للعقل والنفس وحماية للسلامة الداخلية).
- التغذية الصحية الكفيلة ببناء بدنٍ صحيح قوي وعقل سليم.
- رعاية النفس من خلال تأكيد القيمة الفلسفية لها والحياتية مما يقود الى تعزيز تلك الأيقونة السحرية الكائنة في مملكة الروح.
- العمل على إدراكك لهويتك الداخلية، حيث يتوجب عليك بالمصارحة دائما مع نفسك والمصالحة مع ذاتك مما يترتب عليه السلامة الداخلية، حينها ستعي انت من تكون!
- يجب عليك منح جزءاً يسيرًا مما تمنحه لمظهركَ الخارجي، لذاتك الداخلية وما يشمل العقل والروح، بلا شك سيزهو ويسمو ذاتك وستغدو اكثر رونقا وبهاءاً بل ستفوح انسانيتك حتى ينعكس تأثيرها على هيكلك ليغمر كل معالم الجسد وملامح الوجه لتفيض ألقةً وفتنة.

ثامناً:الشخصية الانبساطية

الشخص المنبسط هو ذلك الشخص الذي يقبل على الدنيا في حيوية وعنف وصراحة ويصافح الحياة وجهاً لوجه ويلائم بسرعة بين نفسه والمواقف الطارئة، ويعقد بين الناس صلات سريعة فله أصدقاء أقوياء واعداء أقوياء لا يحفل بالنقد ، ولا يهتم كثيراً بصحته أو مرضه آو هندامه وبالتفاصيل والامور الصغيرة وهو لا يكتم ما يجول في نفسه من انفعال. ويفضل المهن التي تتطلب نشاطاً وعملاً واشتراكاً مع الناس.

وعرف أيزنك الشخص الانبساطي بأنه الشخص ذو الميول الاجتماعية والانفعالية والمرح والتفاؤل ، ويكون توجيه الذات خارجي ونشاط المنبسط في الغالب سلوكه.

طبيعة الشخصية الانبساطية :

من الخطأ أن نتحدث عن أن فلاناً من الناس شخصيته قوية والآخر ضعيفة، والصحيح هو أن شخصية الأفراد مختلفة ولا توجد في مفاهيم علم النفس شخصية قوية وأخرى ضعيفة، بل شخصيات مختلفة ولكل شخصية جوانب ايجابية وأخرى سلبيه، والمهم هنا أن يدرك الفرد نقاط القوة والضعف في شخصيته ويحاول أن يطور مراكز القوة ويعمل على التغلب على مكامن الضعف في شخصيته.

وعندما يعرف الفرد طبيعة شخصيته فإن هذه المعرفة سوف تساعده كثيراً على التكيف مع متطلبات الحياة وتجعله اكثر سعادة ونجاحاً في مجال أختيار العمل والارتباط العاطفي.

فقد قسم أبقراط أنماط الشخصية إلى أربعة تبعاً لكيمياء الدم ، الدموي ، والصفراوي ، والبلغمي ، والسوداوي في تصنيف شخصيات الناس.

حيث يكون النمط :

1. الصفراوي : سريع الانفعال ، مضطرب ، عدواني ، متشائم.

2. الدموي : اجتماعي ، مبذر ، كثير الكلام ، متجاوب ، متساهل.

3. البلغمي : سلبي ، حذر ، مسالم ، مراع لشعور الآخرين.

4. السوداوي : متشائم ، قلق ، متقلب ، جدي ، محافظ.

وهذا يعني إن النمطين الدموي والبلغمي يمثلان الشخصية الانبساطية أم النمطين الصفراوي والسوداوي فهما يمثلان الشخصية الانطوائية.

وقد قسم يونك الشخصية الانبساطية الى اربعة انماط فرعية هي :

أ- الانبساطي التفكيري: عملي، واقعي، يهتم بالحقائق الموضوعية، مبتكر

ب - الانبساطي الوجداني: انفعالي، متوافق اجتماعياً، مندفع .

ج - الانبساطي الحسي: جزوع، يحتاج الى الاثارة الخارجية، يستمد اللذه من خبرته الحسيه.

د - الانبساطي الالهامي: مغامر، مجدد، مندفع، متهور يعتمد على الحدس.

وقدم ايزنك وصفاً للمتطرفين فالانبساطي (شخص اجتماعي، يحب الحفلات، له اصدقاء عديدون، يحتاج الى الناس ليتبادل معهم الحديث، لايحب القراءة او الدراسة) اما الانطوائي فهو شخص هادىء من النوع الانعزالي وقد كشفت ابحاث ايزنك عن وجود ثلاث ابعاد للشخصية تتمثل بـ :

1-الانبساط / الانطواء : وهو عامل ثنائي القطب يوجد في طرفيه المنبسط الشديد والمنطوي الشديد يشغلها مختلف الافراد، ويشير هذا البعد الى مجموعة من الظواهر السلوكية التي تتراوح بين الميول الاجتماعية والانفعالية والمرح والتفاؤل (قطب

الانبساط) وبين الخجل الاجتماعي الفردي والانعزال (قطب الانطواء) فإذا كان توجيه الذات خارجي فالنشاط في الغالب سلوكي لدى المنبسط اما اذا توجيه الذات داخلي فالنشاط في الغالب عقلي لدى الانطوائي.

2-**العصابية:** هو استعداد للإصابة بالعصاب عند توفر درجة عالية من العصابية مثل الضغوط الشديدة مثل خساره ماليه او اصابة بمرض مزمن.

3-**الذهانيه:** ويوصف الذهاني بأنه بارد ، عدوني ، قاسي ، يؤدي انواع من السلوك المضاد للمجتمع.

ويرى ايزنك انه ليس هناك ارتباط بين هذه الابعاد الثلاثة للشخصية فإذا عرفنا منزلة فرد في أحد الابعاد فلا نستطيع من خلالها معرفة منزلته في البعدين الآخرين.

وضعت العديد من المقاييس لقياس الشخصية الانبساطية ومن اشهرها مقياس الانبساط لأيزنك وفيما يلي عبارات المقياس:

نص العبارة:

- هل لك هوايات كثيرة ومتنوعة ؟
- هل انت مفعم (مليء) بالحيويه والنشاط ؟
- هل تستطيع ان تنطلق عادة وتستمع اذا ذهبت الى حفلة مرحه ؟
- هل تستمع بلقاء اشخاص لم تكن تعرفهم من قبل ؟
- هل تميل الى البقاء بعيداً عن الاضواء في المناسبات الاجتماعية؟
- هل تحب الخروج كثيراً ؟
- هل تفضل القراءة اكثر من مقابلة الناس ؟
- هل لك أصدقاء كثيرون ؟
- هل تعتبر نفسك شخصاً ((فضفاضاً ولا تشيل الهموم)) ؟
- هل تبادر انت عادة بتكوين اصدقاء جدد ؟
- هل تلتزم الصمت غالباً وأنت مع اشخاص آخرين ؟

- هل يمكنك بسهولة ان تشيع جواً من الحيوية على حفلة مملة ؟
- هل تحب ان تقول نكاتاً وقصص مسلية لأصدقائك ؟
- هل تحب الاختلاط بالناس ؟
- هل لديك في معظم الأحيان إجابة جاهزة عندما يكلمك الآخرون؟
- هل تحب ان تعمل الأشياء التي تحتاج الى سرعة في أدائها ؟
- هل يمكنك ان تحافظ على استمرار حيوية حفلة ؟
- هل تحب ان تتحرش او تداعب الحيوانات أحيانا ؟
- هل يراك الآخرون شخصاً مليئا بالحيوية والنشاط ؟

تاسعاً: الشخصية الانطوائية

الانطوائـي (Introverted) نسبة الى الانطواء. والمقصود به الانطـواء الـذاتي أو الانكفاء على الذات ، وهو مفهوم اصطلاحي استخدمه يونك للدلالة على اتجـاه الاهتمام صوب الداخل والى الذات بدلاً من التوجـه نحـو العـالم الخـارجي والنـاس والاشياء .

هو نمط من أنماط الشخصية تتحكم في صوغه عوامل الوراثة والبيئـة ويتصـف الشخص الذي يتسم بهذا النمط بعزوفه عن العالم الخارجي وعيشه في عالمـه وأخيلتـهِ ومشاعرهِ ومثلهِ العليا الخاصة بهِ . وهو متردد وخجول وحساس ويتميز بقلة النشـاط وعدم الثقة بما يحيط به، ويتركز كل اهتمامه في ذاتـه، تتصـف علاقاتـه مـع الآخـرين بالضيق والعمق.

ان عوامل الاتفاق والاختلاف في سمـات الشخصـية الانسـانية امـر متشـابك وصـعب جـدا قياسـه او معرفتـه بسـهولة لاسيما ان علمـاء الـنفس المتخصصـين بالشخصية يعرفون الشخصية تعريفا علميا بأنها تلك الانماط المستمرة والمتسقة نسـبيا من الادراك والتفكير والاحساس والسلوك الذي يبدو ليعطي الناس ذاتيتهم المميزة.

فالشخصية اذن تكوين اختزالي يتضمن الافكار والدوافع والانفعالات والميول والاتجاهات والقدرات والظواهر المتشابهة . وهي تحوي القلق والراحة معا والعدوانية والمسالمة معا ، والحاجة الى الانجاز والاهمال معا ايضـا ، وتحـوي كـذلك الاحسـاس بالضبط واللامبالاة ايضا، ولكن سؤالنا المهم هـو كيـف يمكـن قيـاس ومعرفـة نمـط الشخصية ؟

استطاع عالم النفس الشهير كارل يونغ ان يضع في بدايـة القـرن الماضـي قطـبي تقسيم للشخصية هما الشخصية الانطوائية والشخصية الانبساطية ، رغـم ان معظـم الناس والاغلبية الساحقة منهم يتميزون بخصائص مشتركة ، اي ثنائيـة الاان الـبعض

منهم كان اميل في تصرفاته وصفاته الى الانطواء منه الى الانبساط ، وقد يكون هذا الاتجاه شديدا ويقترب من الحدود المرضية غير الطبيعية .

ولو تأملنا في نمط هذه الشخصية الانسانية "الانطوائية-Introvert" لوجدنا انه يتحاشى الاتصال الاجتماعي ويميل برغبة عالية الى الانعزال والوحدة مع وجود استمرار حالة التأمل حتى انه يفضل صاحب هذه الشخصية الالتماس مع الواقع ويتجنبه ، انه يرى في الواقع عقبة امامه دائما، وحاجزا نفسيا من الصعب اجتيازه ، ويحاول جاهدا مع نفسه تجنب الواقع بكل ما استطاع وبأية وسيلة ممكنة .

ان صاحبنا هذا لا يميل الى الجوانب المادية في البيئة التي يعيش فيها ، ويفضل في معظم الاحيان الاعتبارات النظرية والمثالية ، ويميل الى الخيال أكثر من الواقع الحقيقي حتى وصفه بعض علماء النفس بأنه اضطراب شخصية يتميز بأحاسيس مستمرة وواسعة المدى بالتوتر والتوجس واعتياد على الوعي الشديد بالذات ، واحاسيس بعدم الامان والدونية ، ولديه حساسية مفرطة نحو الاخرين وحساسية مفرطة نحو الرفض والنقد ، ورفض الدخول في اي علاقات الا بعد الحصول على ضمانات شديدة بالقبول غير المشروط بنقد.

من سمات الشخصية الانطوائية وجود ارتباطات شخصية محدودة جدا واستعداد دائم للمبالغة في الاخطار او المخاطر المحتملة في المواقف اليومية الى حد تجنب بعض الانشطة الاجتماعية او الرياضية او الفكرية او حتى الخاصة المعنية . ان نمط الشخصية الانطوائية اطلق عليه في احيان كثيرة نمط الشخصية التجنبية المتفادية للغير او للاخرين .

ان الشخصية الانطوائية وبكل ما تحمله من سمات وصفات وخصائص ، هي شخصية حساسة المزاج ، وقد تظهر هذه الحساسية بانفعال ظاهري سريع ، رغم انه قد يكبت انفعالاته الى حد ما في نفسه اثناء وخلال التفاعل الحذر مع الاخرين ، وهذا ما يدفعه الى الابتعاد اكثر عن الاختلاط بالناس وممارسة حياته في الواقع بشكل اكثر طلاقة وتحررا، وتتشابه الشخصية الانطوائية الى حد كبير مع شخصية اخرى خصوصا الشخصية "الشيزية" الفصامية من حيث الابتعاد والانطواء والانعزال .

ومن ابرز افراد الشخصية الانطوائية هم الشعراء ، الكتاب ، الادباء ، الفلاسفة ، حتى ولو كان البعض منهم اطباء او مهندسين او مدرسين ، ولكن ظلت قدرة الكتابة ونظم عالم الشعر وسمة الادب هي الطاغية على سلوكهم وتأملاتهم .

سمات الشخص الانطوائي / او الميزات او الخصائص التي يمتاز بها:

1. رغبته في أفكاره ومشاعره ومثله العليا وتقديره لها .
2. نظري ومثالي .
3. يمعن الفكر والتصميم ويتردد في إعطاء حكم نهائي .
4. غير اجتماعي .
5. رغباته وشهواته تتجه نحو ذاته .
6. قليل الثقة بما يحيط به من أفراد وأشياء .
7. قليل النشاط .
8. سوداوي .
9. خجول ومتردد .
10. يكره التعقيد ويتناول كل جديد بحذر وخوف .
11. يحب الوحدة والانعزال .
12. مفكر وذو خيال واسع .
13. لا يحب المجتمعات .
14. شديد الحساسية ومؤدب وذو ذمة وضمير .
15. متشائم .

16. يحتفظ بأحسن مزاياه لنفسه لذا لا يفهمه من حوله بسرعة .

17. يملك معرفة غير اعتيادية وتنمو عنده مواهب فوق المستوى الاعتيادي .

18. سلبي ، رقيق ، هادئ ، مسالم ، يسيطر على نفسه ويعتمد عليه ، قلق متحفظ ، رزين ، صلب ، كئيب .

عاشراً: الشخصية النرجسية

هنالك مثل نفسي يقول أن المجتمع هو مرآة الشخصية فعندما ننظر إلى غيرنا نجد الانحراف أو السوء واضحاً في أسلوب التعامل، فنحن ربما نختلف من حيث بروز هذه الصفة أو تلك عن الاخرين وبروز هذه الصفات بدرجات متفاوتة يعطي الشخصية علاماتها الاجتماعية الفارقة وليس هنالك من دلالة نفسية تبرز في الواقع الفعلي الاجتماعي الا من خلال الآخر،هذا الآخر الذي يكون في معظم الاحيان صاحب التشخيص المميز لنا،فهناك نسبة ليست بالقليلة من مجموع الناس تظهر فيهم بعض الصفات الشخصية بشكل مميز بحيث تطغي هذه الصفات على غيرها من الصفات الأخرى، وينظر المجتمع الى شخصيات اصحابها بانها منحرفة عن التوازن الصحيح للشخصية السوية او من نقيضها في الشخصية غير السوية،وحديثنا في هذه السطور عن نمط مميز من انماط الشخصية، وهي الشخصية النرجسية، وتنسب النرجسية Narcissism الى نرجس في الاسطورة اليونانية الذي اغرم بحب نفسه.

حيث يقول علماء النفس ان النرجسية هي اتجاه عقلي يمكن ان يحول بين الفرد وبين احراز النجاح في اقامة علاقات سوية متوازنة مع الاخرين، وفي الزواج ايضاً، لانه لا يرى في حب الآخر ضرورة لأنه هو نفسه موضوع لحبه، وتاريخياً اشتق هذا الاسم من اسطورة ناركيسوس Narcissus الذي رفض الحب لأنه كان يحب صورته المنعكسة على سطح النهر.

وبناءاً على ذلك فالنرجسية نمطاً من الانماط التي يتشبث بها البعض منذ بداية تكوين الشخصية خلال مراحل الطفولة الأولى ويقوى هذا العامل المؤثر في الفرد حينما يجد الإثابة والتدعيم والتعزيز من قبل الابوين حتى يبدو جزءا من مكونات الشخصية وواضحا في المراحل اللاحقة في البلوغ والرشد وتكون جميع تعاملاته ذات طابع اناني بشكل ملحوظ.

فصاحب هذه الشخصية يشعر بالعظمة في الخيال والسلوك، فضلا عن الحساسية المفرطة في الرؤية والتقييم للآخرين فالكل يراهم بعين الاستصغار أو أقل منه دائماً، وصاحب هذه الشخصية لا يحمل أية مودة للاخرين ويفتقر للعاطفة او

الحنان تجاه اي انسان فهو يحمل جزءاً كبيراً من الأنانية، أي محبة الذات، ويضيف فكلما زاد حب المرء لذاته قلت محبته للاخرين والعكس بالعكس. فمن سمات الشخصية النرجسية:

- حب الذات المفرط.
- استغلال العلاقات مع الاخرين الى حد لا نهاية له.
- تضخم الذات ورؤية الآخر بدونية وتعالي.
- المغالاة بما يقوم به والمبالغة بانجازاته.
- الاقتناع التام بانه العظيم الذي لا يمكن ان يقوم الاخرين بما قام به.
- الخيال الواسع بتضخيم اعماله.
- الاحساس الدائم بأن تفكيره وقدراته لا يمتلكها اي من البشر.
- لديه شعور بالاهمية وانه ينبغي ان يعامل معاملة خاصة.
- الافتقار الدائم الى الشعور بالتعاطف مع الاخرين.
- الحسد والغيرة والانانية مؤشرات لمشاعره ضد الاخرين.
- تبرز لديه سمات الشخصية المعادية للمجتمع.
- يختلف مع اولاده بسبب شعوره بعظمته.
- يبحث عن من يضخم له ذاته ويتحدث عن منجزاته وذكاؤه وقدراته الخارقة.

وأود أن أشير هنا بأن شخصية الفرد لابد ان تعني شخصاً بالذات وأن صاحب الشخصية النرجسية يرى في أنانيته وحب الذات كياناً خاصاً به ربما لا يقبله من الاخرين ولا يفكر حتى مناقشته مع الاخرين بكل ماحملت من سلبيات وانحرافات وصنفها بعض علماء النفس بالاضطرابات وسميت اضطرابات الشخصية النرجسية، تكونت وتبلورت هذه الشخصية على شكل طاقة نفسية تمحورت حول غريزة الحياة

ويقول (فرويد) الطاقة التي تدخل في كل ما تتضمنه كلمة"حب"،الحب بكل اشكاله ابتداءاً من الحب الجنسي ،والحب الذي يتغنى به الشعراء وحب الذات وحب الوالدين وحب الاطفال والصداقات وحب الانسانية على وجه العموم،فالنرجسي يلغي كل تلك الانواع من الحب،وتتمحور طاقته على حب الذات المفرط ويقول (كارل يونغ) الطاقة النرجسية"اللبيدية"حاصلة على جهد من الطاقة مساوياً لنفسه خلال كل مظاهر الحياة،اي انه اذا اوقفت احدى مظاهرها من العلاقات الاخرى التواصل الانساني معها، فأنها تتجلى في مظهر آخر هو السلوك النرجسي الاضطرابي، السلوك المتمحور على الذات وحب النفس فقط.

ومما سبق فإن الشخصية النرجسية طراز من الفرد الذي المتعلق بذاته ويجعلها موضع اهتمامه الجنسي. والشخص الذي يعاوده هذا الميل أو تستبد به هذه النزعة من جديد يستهويه الرجوع الى تلك المرحلة المبكرة من تطوره النفسي- الجنسي .

ومن السمات التي نسبة في أحدث البحوث للشخص النرجسي:

- التكبر في التعامل مع الاخرين .
- عدم الرضا بقيادة الاخرين له .
- الميل للظهور والشهرة على حساب الاخرين .
- تقمص الاخرين الذين يمتلكون أخلاقا مماثلة.
- في بعض الاحيان تكون قدرات ومواهب الفرد تفوق المتوسط العادي للشخصية السوية .
- الأناقة فما يخص المظهر الخارجي سواء كانت متميزة او مهملة.
- فرط الحيوية .
- التفاخر.
- الثرثرة.
- السلوك المستبد.

- الاتجاه نحو انتقاص قيمة للاخرين .
- الافراط في ابداء الافكار المتطرفة وخصوصاً التي تهدف للانتقاص من الاخرين .
- الافراط العاطفي (الغضب ، حب الانتقام ، الحماس) .
- الشرود عند محادثة الاخرين وتحويل الحديث الى الذات .
- الحرص على النظافة .
- صاحب هذه الشخصية وكأنه في حالة تحفز دائم للشك وفي ان ما يعمله هو الصواب .
- عنيد في الرأي وكأنه ملزم على هذا العناد ولا يقنع بسهولة بوجهة نظر الآخرين .
- عدم التساهل مع الغير .
- حب الذات والاهتمام بها، وحب الظهور .
- جلب انتباه الاخرين واهتمامهم والبقاء في مركز النظر بالنسبة لهم .
- الفشل في الحياة الجنسية الكاملة بسبب عدم النضوج في النمو العاطفي الجنسي مما يؤدي الى عدم التوافق والفشل في الحياة الزوجية .
- الكره للمقابل وإظهار الحب من اجل كتم العداء .
- الميل الى التملك .
- الغيرة .
- ليس لديه سلوك ايثاري .

فقد تناولت العديد من النظريات الحديثة موضوع الشخصية النرجسية من ضمن العديد من المواضيع الذي تناولها في حياته العملية وهي المعتمد على ان الذات الدنيا لا تحكم بالقوانين والمنطق المعقول كما لا تمتلك قيماً ادبية وفلسفة اخلاقية .

وايضاً انها مشتقة من اعتبار واحد فقط ، هـو انهـا تحضـر إرضـاء للحاجـات الغريزية مع الاخذ بنظر الاعتبار (مبدأ اللذة). ويتحدث فرويد حـول الـذات الـدنيا على أساس إنها الطاقة النفسية الحقيقية، ويعني ان الذات الدنيا حقيقة ذاتية وذلك لا يقتصر على الغرائز وللافعال الانعكاسية الفطريـة فحسـب ، ولكـن الخيـالات الـتي تحصل بسبب حالات التوتر يمكن ان تكون فطرية .

هذا ويعتقد فرويد بأن التجارب التي تتكرر بأغلبية عظيمـة ويثبـات في الكـثير من الأفراد في الأجيال المتعاقبة تصبح ميراثـاً دائمـاً في الـذات الـدنيا، وان ترسبات جديدة تتكون في الذات الدنيا خلال حياة الفرد كنتيجة لميكانيكية الكبت .

ان الذات الدنيا ليست حالة منبوذة من وجهة نظر التاريخ السلالي البشـري ، ولكنها منبوذة في حياة الفـرد وإنهـا القاعـدة الـتي يثبـت عليهـا الشخصـية، وتحـتفظ بشخصيتها الطفلية خلال الحياة الخارجية وانها لا تصبر على التوتر بـل انهـا تتطلـب اشباعاً آنيا كما انها تتطلب دافع غير معقول وغير اجتماعي، بل انه واقع أناني يحب الذات واللذة وإنها تمثل الطفل المشاكس للشخصية .

ويرى فرويد بأن الذات الدنيا هي الجانب المبهم والصـعب المنـال والمنيـع مـن الشخصية ، وان القليل المعروف عنها قد تم تعلمه من دراسة الأحـلام . وعلـى كـلاً يمكن ان نرى الذات بالفعل حينما يقدم الشخص على عمل ما مدفوعاً له ، مـثلاً ان يرى نفسه عالماً وهو مرتكز العالم اجمعه فإنه لا شك واقع تحـت تـأثير تسـلط الـذات الدنيا وهنا الذات لا تفكر بل انها تتمنى وتفعل.

وقد تناول فرويد موضوع الـذات المثاليـة اذ تجعـل الـذات تشـعر بالإعجـاب والإعجاب هنا هو الثواب الذي تنعم به الذات المثالية علـى الـذات لكونهـا حسـنه، هذه الحالة تماثل شعور تماثل الطفل حينما يمدح من قبل أبويه وما الإعجاب الا نمـط من أنماط حب عشق الذات الثانوية فتحب الذات نفسها لقيامها بعمل ما.

وهنا تضع الذات نفسها مع الذات الدنيا لغرض إشباع الغرائز، وسوف يظهـر على الجانب الاخر اذ الذات عدوة اللا اخلاقية ، وحب الذات الغريزي.

والتقمص (اثبات الذات) يوجد على اربعة اشكال عند فرويد وهي:

الأولى : تعتمد بصورة متفردة على انتشار القوى لتعشق الذات (حب النفس) للأوجه المماثلة عند شخص آخر والتي قد تركزت في الفرد ذاته .

ويسمى هذا النوع من التقمص بالنرجس لتعشق الذات . وهذا اصطلاح فرويد لحب النفس وانه مأخوذ من الاسطورة اليونانية (النرجسية) وهو الذي وقع في الحب مع خياله الذي يراه معكوساً في حوض الماء ، فنقول عن الشخص انه نرجسياً حينما يصرف وقتاً طويلاً في الاعجاب بنفسه .

اما الحالة الثانية : وهي تنمو بعيدة عن الاحباط والقلق اذ هي تقمص للشخص الغائب اذ يكون وهمياً او هدف ساطع وهذا له عظيم الاثر على نمو الشخصية النرجسية . وهنا ان تقمص الهدف الساطع يكون من الخصائص الفردية عادة وليس من الضروري ان يكون مع الفرد ككل ويميل الى التعميم.

الحالة الثالثة : وهي تقمص الموضوع المفقود وهنا تكون الذات المثالية كأن يحرم الطفل من احد أبويه وتظهر هذه الحالة عند بعض أصحاب الانحرافات الجنسية وخصوصاً الجثمانية. فأصحاب هذه الحالات يشعرون باللذة بقتل ضحاياهم ومن ثم ممارسة الجنس معهم او نبش القبور وممارسة الجنس مع الجثث وشعوره بالفخر وهي احد انواع حب الذات ورمز للاستمتاع بذلك وسببه التوحد مع المتوفين وخصوصاً الوالدين .

اما الحالة الرابعة : فهي التسامي والاستعلاء فقد لاحظ فرويد ان ولع في رسم صورة السيدة العذراء مع السيد المسيح ومن قبل ويفني كان تعبيراً متسامياً وامتداد لصورة امه التي فلاقت زوجها في عمر مبكر ، كما ان قصائد شكسبير وشعر والت واين من موسيقى تشيكو فكن كلها لوحظت واعتبرت في يعلن النواحي على انها تعبران للاستعلاء تشتيافهم للشذوذ الجنسي . لانهم لم يستطيعوا الحصول على ارضاء تام لميلهم الجنسي في حياتهم الواقعية فتحول الى تخيل ابداعي .

من العبارات التي تقيس النرجسية هي:

- انا أرغب بأن يشار الي بأني قائد.
- انا أرغب حقا بأمتلاك موضع الاهتمام.
- انا أرغب بإمتلاك السلطة على الاخرين.
- انا أرغب بأن أوصف بقوة الشخصية.
- انا لدي موهبة طبيعية بالتأثير على الاخرين
- انا احب بأن اكون موضع الانتباه
- انا احب النظر الى جسمي وغيرها.

أحد عشر:الشخصية القلقة

ظهور القلق لا يتم بمحظ الصدفة البحتة، بل لا بد أن يكون ناتج عن تراكم إزداد حتى ملأ تكوين الشخصية وغلب على السلوك، حيث يرى علماء النفس ان هناك تمييزاً بين القلق المرضي عن استجابة القلق السوية الطبيعية، او ما تظهره الشخصية من استجابات ازاء المواقف الحياتية المتعددة، ففي حالة القلق المرضي تبرز أربعة مظاهر مهمة وهي: انه ذاتي ' خاص بالفرد' شديد، يدوم لمدة طويلة، واخيراً يأخذ شكل الموقف .

أما الشخصية القلقة فإن الصفة الغالبة عليها هي شعور الفرد بعدم الارتياح وتوقع المواقف الخطيرة دائماً أو توقع الأسوء دوماً، هذا الخطر قد لا يكون محدداً من موقف بعينه، او حالة مواجهة معينة مع حدث او شخص او طارئ انما من مصدر ما غير واضح او ربما يكون التوقع من مصدر واضح لكن رد الفعل دائماً يكون اكثر شدة وقلقاً للفرد حتى انه يتعايش مع القلق ويعيش معه ويكاد ان يشكل معظم يومه، بل حياته.

ويتميز صاحب هذه الشخصية في الاستعداد والتحفز الدائم توقعا للخطر وتأهباً لملاقاته وتجنباً له حتى ان صاحب هذه الشخصية يخشى القيام بأي عمل او فعالية تتطلب تحمل المسؤولية خوفاً من العواقب المترتبة عليها او المتوقعة.

وقد أثبتت البحوث النفسية الصفات المشتركة في السمات الشخصية ومدى التشابه بين الأشخاص والاختلاف ليس في نمط الشخصية بين الناس فحسب، بل في النمط الواحد من الشخصية، فالشخصية القلقة تتسم باعراض نفسية مصاحبة للقلق تتراوح بين الشدة والاعتدال والوسطية ، فالتوتر والشد العصبي المزمن هو من السمات البارزة في كل انماط الشخصية القلقة، كذلك عدم قدرة الفرد صاحب الشخصية القلقة على الاسترخاء فهو به من اعتلال المزاج ما هوواضحاً وبشكل

جلي، حتى وكأنه يبدو للمشاهد الخارجي كسمة مميزة ثابتة لملامحه وسلوكه . اما الاعراض الجسمية التي يظهرها صاحب الشخصية القلقة هي الارهاق الزائد والواضح تماما، فضلا عن الشد العصبي للعضلات الجسمية بأكملها مضافاً الى ذلك الصداع الذي يكاد يكون ملازماً له، اما الارق ومشاكل النوم فهي الاخرى تعد سمة من سماته.

فبعض خصائص الشخصية القلقة متوفرة في معظم الناس في حدود طبيعية ذلك لان بعض التحسس بالقلق ضرورة حياتية اقتضتها علاقة الفرد مع البيئة والمجتمع لتمكنه من الحذر والتهيؤ للدفاع عن النفس، اما اذا زاد تحسس الفرد بالقلق سواء جاء ذلك من داخل الذات او بسبب عوامل من الارهاق الخارجي، فأن ذلك قد يؤدي الى تهيئة الفرد للاصابة بمرض القلق النفسي او غيره من الامراض المشابهة للقلق في طبيعتها.

ولكن درجة القلق تختلف عند البشر في التفاوت صعودا ونزولا تطرفا واعتدالا، الا ان ردود الافعال بالنسبة لأي حدث معين تعتمد لحد ما على الافكار والمدركات وما يحمله البعض من قدرة متميزة في كبح جماح الموقف الضاغط حيث يقول علماء النفس أن هناك ادلة على أن البشر عندما يشعرون بالتوتر أو القلق أو المواقف غير العادية في الحياة اليومية يكونوا قادرين على التحكم بمجريات دواخلهم، واحياناً عندما يكون التنبؤ بالقلق والضغوط النفسية المتوقعة عاليا ويكون التعامل معها جيداً ويكون صد التوتر وتحييد القلق أسهل مما يكون مفاجئاً، ولكن بعد انتهاء الحدث والموقف الضاغط تظهر أعراض والام في مناطق مختلفة من اعضاء الجسم ومنها المعدة خصوصاً ، ولا يستطيع الفرد التحكم في هذا الجزء او غيره او السيطرة عليه وهي ما تسمى بالاعراض السيكوسوماتية "النفسجسمية".

فالقدرة على التحكم بما يدور داخل النفس وخصوصاً مثل نمط الشخصية القلقة، يساعد على التعامل مع المواقف الضاغطة ، والقلق المتوقع وهو تأكيد على ان ادراك التحكم وليس التحكم نفسه هو الاكثر اهمية.

إن معظم أصحاب الشخصية القلقة يفقدون الجزء الاكبر من تركيزهم اثناء حدوث الموقف الضاغط او المصيبة المفاجئة او سماع خبر سيء ومفاجيء ، او حينما يداهمهم القلق في مواقف الحياة المختلفة او حتى في الامتحانات لدى الطلبة ، فالطلبة القلقون يفقدون زمام السيطرة على مجريات تفكيرهم وتتدهور لديهم الذاكرة ولو لحين ، فالبعض يتعثر في الاجابة على ابسط الاسئلة ولا يستطيع ان يستدعي اية معلومة مما قرأه وخزنه قبل الامتحان تساعده في الاجابة الموفقة ، حتى انه يفقد التركيز على استدعاء الفكرة المناسبة للحل ، حتى ان بعض الطلبة بسبب قلق الامتحان يعجزوا عن استرجاع المعلومات التي يعرفونها حق المعرفة ولكن ارتباكهم افقدهم الحصول على الدرجات العالية في الامتحانات رغم تهيؤهم له .. فالقلق يؤثر على التعلم ويربك الذاكرة ويحرف استدخال المعلومات الجديدة بشكل صحيح حتى انه يؤثر على استقبال وتخزين المعلومات واسترجاعها عند الحاجة اليها،هذه التأثيرات ليس من السهل فصلها عن بعضها في مواقف الحياة المتنوعة ، حتى انها بدت سمة من سمات الشخصية القلقة .

ومما سبق نخلص إلى أن تكوين نمط الشخصية القلقة يرتكز على بعض الاسس والخبرات والمصادر التي اكتسبها الفرد خصوصاً في مرحلة الطفولة ومن اهم تلك المصادر:

أ.الايحاء: كلنا نعرف ان الطفل سريع الايحاء ، وسريع التقبل لذلك الايحاء وخصوصاً المواقف التي تنم عن التحسس الزائد من موضوع ما بعينه او موضوع لا اساس له في الواقع حتى تتكون الاستعدادات التكوينية لهذا النمط من الشخصية .

ب.الحرمان والغيرة: عندما لا يستطيع الطفل اشباع حاجاته ويحرم منها خصوصاً العاطفة او الحنان او الكفاية من الاشباعات المادية ، يتكون لديه الاستعدادلهذا النمط من الشخصية . فشعور الطفل بانه محروم من العطف ومن الاستجابة

الوالدية الكافية التي تدعم حياته ، يؤدي ذلك الى الشعور لديه بعدم الامان والاطمئنان ، وكثيراً ما يظهر سلوك العصبية والغيظ والحنق تجاه الاخرين من الاطفال وهو نقل مشاعر عدم الامان والطمأنينة وتحويلها الى الاطفال الاخرين كتعبير عن عدم القدرة على اظهاره بشكل صريح تجاه احد الوالدين او كلاهما .

ج.**التهديد والوعيد:** كثيراً ما يلجا الاباء الى سلوك يتسم بالتهديد والوعيد والايذاء او التلويح باستخدام العقاب لاي خطأ يرتكبه الطفل ، فيصبح حينئذ تحت طائل التهديد وتوقع الخطر والايذاء او انه محفوفاً بالعقوبة من اي فعل يقوم به في بيته وازاء ذلك يكون البيت الذي يعيش فيه مصدر قلق وليس مصدر امان ، تلك العوامل تترك اثاراً واضحة في نشأة الشعور الدائم بالقلق والتهديد فضلا عن العوامل الداخليةالتكوينية التي تلعب دوراً كبيراً في نشأة وصقل الشخصية .

د.**مشاعر العجز:** الطفولة هي بالدرجة الاولى اعتمادية على الابوين وبالتدريج يتعلم الطفل كيفية الاعتماد على النفس ، وكلما طالت مدة الاعتماد على الوالدين خلال مرحلة الطفولة ، كلما زادت الفرصه في تكوين الشخصية القلقة ، فالفرد عند مجابهته امور الحياة يحتاج الى ان يواجهها وعند شعوره بالعجز من المواجهة فأنه يلجأ الى التخيل او التمني او النكوص الى المرحلة الطفلية فتظهرعليه بوادر القلق في مواجهة امور الحياة.

هـ.**المشكلات الاسرية ونتائجها:** تترك التجارب المؤلمة في الاسرة خبرات سيئة على شخصية الاطفال ، فخلافات الابوين مع بعضهما تنعكس مباشرة على سلوك الابناء ، وهذه تحمل بذور حالات القلق بعدم الامان في البيئة الاسرية التي يعيش بها.

ان الشخصية القلقة هي احدى الشخصيات الانسانية في النشأة والتكوين وفي التعامل والسلوك وفي الانفعالات والتوتر واظهار العاطفة ، وهي بذلك تنحو ايضا نحو الاعتدال تارة والتطرف تارة اخرى ، حتى باتت كل تلك المتغيرات ذات تأثير في كيان الشخصية الانسانية حتى انها تطفو على سطح الشخصية بصورة واضحة.

ثاني عشر:الشخصية الشكاكة

الشخصية الشكاكة هي إحد انماط الشخصية التي تتوافق في الوضع الطبيعي مع عامة الناس، وبنفس الوقت نجد ان كل الناس لـديهم قلـيلا مـن الريبـة وقلـيلا مـن الظن، ولكن حينما يزيد هذا الشك والظن الى حد اكبر من المعتاد فإنـه يصـبح حالـة مرضية - غير سوية - ولو تأملنا في ابرز خصائص الشخصية الشكاكة لوجدنا هنـاك تصلب واضح في اراء الفرد الشكاك وفي تعاملاته وافكاره ،حتى ليبدو لنا انه لايقبـل الرأي الآخر ولايقتنع بسهولة بوجهة نظر الاخرين وربما يرفض اراءهم وافكـارهم ، وكثيرا ما يتحرى ويبحث عن الدوافع التي تصدر من الاخرين تجاهـه ويردهـا الى مـا ورد في ذهنه من احكام مسبقة اومقاييس لايقبل بغيرها.

تتصف الشخصية الشكاكة بالحساسية الزائدة وسـرعة التـأثر والانفعـال، فهـو ينفعل سريعا ويتأثر بالموقف بأول علامة تصدر من الشخص المقابل حتـى لـو كانـت غير مقصودة او بحسن النية ، لهذا يجد صعوبة كبيرة في اقامة علاقـات دائمـة وموفقـة وناجحة مع الاخرين ، ويصل الامر بعد فترة ان يجد نفسه معزولا عن المجتمع ، وهذا يزيد من متاعبه النفسية وشكوكه بنفسه وبالاخرين مع زيادة واضـحة في الانفعـالات الدائمة والتوجس المستمر من الاخرين ، وكثيرا ما تتدهور حالة الشخص الشـكاك ، امرأة كانت ام رجلا لتصل الى الحدود المرضية ، وتدخل ضـمن تشخيصـات المـرض العقلي (الشيزوفرينيا) ، فالضلالات او الهلاوس الداخلية التي يستشعرها الشـكاك ، هي استجابات حسية واضحة دون وجود اي منبه او مثير خارجي في احيـان كـثيرة ، وانما تتكون الافكار وتتشابك في تفكير الشخصية الشكاكة ثـم تنفجـر وكانهـا عمـل موثق وصحيح ومؤكد لا شـك فيـه، وفي اغلـب الاحيـان يكـون الخـداع الـذهني او التوهم هو السبب ، فصاحب الشخصية الشكاكة لديه صراعات داخليـة واحبـاط في حياته الاجتماعية مع شعور بالنقص، فضلا عن النقد الذاتي الذي كثيرا ما يوجهه الى ذاته ويلومها دائما، حتى يصل به الامر بأن يصدق ما ينسـجه مـن خيـالات واوهـام وكأنها حقائق عن نفسه اولا وعن الاخرين ثانيا ، فإذا كان متزوجا تتدهور حالته مع زوجته ويقل التوافق بينهما وتضطرب اموره العاطفية معهـا حتـى تبـدو لهمـا الحيـاة

جحيما لايطاق ، فيحسب تحركاتها وهمساتها بكل حساسية وريبة وشك فإذا ما رن التليفون في البيت ازدادت الهواجس واشتعلت الشكوك، فيغدو عالم الاسرة ميدانا للتصارع لايحتمل ، وكذلك الحال اذا ما كانت الزوجة هي الاخرى لديها شكوك عالية بزوجها او بأهلها او بالاخرين ، حتى تتحسب لكل شاردة وواردة ، وتعتقد ان هؤلاء الناس يضمرون لها الشر بسبب حسدهم لها او انهم يعملون لها عملا مثل السحر او الاحجبة المدمرة (حجاب شر) يستهدف حياتها الزوجية او اسرتها ، وبالتالي فعليها ان تشك بشقيق زوجها وزوجته او اخته او امه (التي تعتقد الزوجة دائما انها تصنع السحر والاحجبة) فهي كما تعتقد- الزوجة الشكاكة- انها تريد هدم حياتها الزوجية وبيتها وتشتيتها، فعليها ان تعنفها او تتصدى لها قبل ان تبدأ هي الاخرى وتبادر بأن تسحب الرجل -الزوج- دون وعي منه بتأثير مفعول العمل 'السحر' ، وهكذا تتشابك الاوهام وتنسج الروايات والقصص ويصبح الزوج او الزوجة اسير هذه الافكار التي تختلف تبعا لثقافة المجتمع ، فكل المجتمعات لديها قدر من هذا النمط من الشخصية ، ولكن تختلف اساليب التفكير والشك وانواع الهواجس، ففي المجتمعات المتحظرة يسود فيها تأثير اشعة الليزر على الزوج او الذبذبات الصوتية على فكره ، بينما شكوك افراد المجتمعات المتخلفة تتمركز في اعمال السحر وتسليط الجن اوالاعمال النافذة من قبل اشخاص تخصصوا في عمل شئ مؤثر على الزوج او الزوجة او كلاهما .

ان ضلالات التأثير هذه تقود الناس الذين تزداد نسبة الشكوك لديهم اكثر من المعدل الطبيعي الى ان تجعل حياتهم تضطرب في العلاقة مع ا نفسهم ، ومع الزوج – الزوجة – ومع الاقرباء والمحيطين من افراد المجتمع ، هذا السلوك لدى الشخصية الشكاكة انما يحاول به الفرد ان يتيح لنفسه تفريغا للانفعالات المشحونة بداخلة ، ولكن تفريغا غير مقبول اجتماعيا ، يجعله يضطرب اكثر ويتدهور اكثر .. لا يتحسن ولايهدأ .

ثالث عشر: الشخصية الإرهابية

خلال مسيرة الإنسان الحياتيه يتعرض للكثير من الاحباطات والضغوط الحياتية، ولكن النفس الإنسانية بمقدورها أن لا تتحول إلى السلوك الحيواني بعد أن خلقت بطبيعة إنسانية تميزت عن باقي المخلوقات الأخرى.

وقد أوضحت نظرية التحليل النفسي لفرويد في مجال دراسة السلوك الإنساني وسلوك العدوان أو العنف، بأن غريزة الموت هي المرادف في تفسير نزعة الإنسان للكراهية والتحطيم والتدمير، وكان أتباع فرويد ومؤيدوه يركزون على صلب السلوك العدواني عند الإنسان بتفسيرهم له من خلال ذبول الحب وضموره في نفوسهم واستبدال ذلك وبإدماج موضوع الكراهية الذي بقي مكبوتا لفترات طويلة حتى حانت الفرصة لظهوره فيتفجر الاندماج من الحب والكراهية إلى الخارج على هيئة سلوك عدواني ضد الآخرين ربما يأخذ صورة التعصب أو التصلب في الرأي أو حتى إلغاء للأخر.

إن العنف ضد الآخرين (الغريب ، القريب – الأخ ،الزوجة ،الابن ، الأقرباء) إنما ينم عن اعوجاج في الشخصية مرده إلى الحرمان وصور الإحباط التي عانى منها الفرد خلال طفولته لذا نشأ بذات ضعيفة لا تقوى على رؤية الأخر سويا ، سليما ، خالي من عقد الطفولة ، لذا كما يقول (فرويد) أن مشكلتنا إننا عشنا أطفالا، وتركت كراحل الطفولة كل رواسبها السلبية بنا.

أن ارتباط العنف والسلوك العدواني بعقدة الدونية لدى الفرد الذي يمارس هذا السلوك ويلجأ إليه بكل إشكاله ، البسيطة منه والمتمثلة في الغيبة والنميمة والشتم والسب أمام المقابل أو بغيابه أو في صورته الشديدة مثل استخدام الاغتصاب ضد النساء أو استخدام الأيدي أو الأسلحة بكل أنواعها ، إنما خلل واضح في الشخصية واضطراب مرضي لا خلاف عليه ، لان العنف أو السلوك العدواني بكل الأحوال سلوكا مرضيا . وهذه الرؤية لا تختلف عليها الاتجاهات النفسية فنظرية التعلم الاجتماعي (ألبرت باندورا) و (ريتشارد دولتز) تفترض بأن الأشخاص الذين

يكتسبون العنف يتعلمونه بنفس الطريقة التي يتعلمون بها أنماط السلوك الأخرى مثل المودة ، المحبة ، التواصل الاجتماعي ، قبول الآخر ، احترام الكبير ، العطف على الصغر ، إنجاد المستغيث .. الخ وترى هذه النظرية إن عملية التعلم هذه تتم داخل الأسرة بحكم المؤثرات الخارجية سواء كانت موجودة في البيئة الثقافية الفرعية أو في البيئة الثقافية الأوسع. فبعض الأباء يشجعون أبناءهم على ممارسة السلوك غير المقبول اجتماعيا وخصوصا العنف ضد الآخرين ممن هم بسنهم ويعدونه سلوكا ومؤشرا للشجاعة ، ويعدون المسالمة نوعا من الجبن والتخاذل في رد الصاع صاعين ، وأحيانا يؤطرون تلك الأفعال بمسميات دينية أو عقائدية أو مذهبية او إيديولوجية ، والأدهى من ذلك ان بعض الاباء او بعض التجمعات مثل العشيرة او القبيلة في الأرياف او البدو يشجعون أبناءهم الذكور على التصرف بعنف وعلاظة وقسوة مع الاخرين او شقيقاتهم لإظهار التفوق في الجنس او لغرض الإخضاع ، وكذلك هو الحال مع الاخرين وفي هذا الوضع تبين الدراسات الاجتماعية ان بعض الثقافات لديها اتجاهات إيجابية نحو العنف وتطالب الذكور من أبنائها بأن يكونوا أكثر عدوانية وعنفا في كل مواقف الحياة لأنه هذا التصرف يجلب لها القوة والتفوق ، وهو بحد ذاته ينم عن عقدة النقص والدونية في الشخصية.

تعرض لنا الدراسات النفسية ان الإرهاب صورة من صور العنف ، وهو سلوك عدواني وهي ظاهرة تأخذ منحى نفسي داخلي يعتمل في النفس الإنسانية حتى يصدر على فعل في الأماكن العامة او التعرض لأفواج الحجاج او الزوار او التعدي على حراس المنشآت الحكومية او العمليات الانتحارية او استخدام العربات المفخخة بقصد قتل اكبر عدد من الناس المسالمين او رجال الدولة او عامة الناس الأبرياء.

ان نمط شخصية الفرد الذي يمارس السلوك العدواني او الانتحار المبرمج يصفه أطباء النفس بأنه شخص يعاني من التجاهل والعزلة والحرمان والإحساس بالعجز.

ويمكننا ان نسند هذه الشخصيات الى نمط الشخصية السيكوباتية ، وهي الشخصية المضادة للمجتمع حيث يعاني صاحبها من اضطرابات انفعالية تصل لحد معاناة الإحساس بالنقص المرضي مما يدفعه في الغالب لرفض قوانين وضوابط المجتمع والخروج عليها بأي شكل من الأشكال حتى وإذا تغلف بطابع ديني او سياسي او رياضي او تعصب، ومن خصائص هذه الشخصية المضادة للمجتمع: إنها ضعيفة الضمير فضلا عن اختفاء مشاعر الذنب، وكذلك الفشل في اكتساب الضوابط الداخلية ، وتواجه هذه الشخصية الإحباط الذي يصيبها بالاندفاع والعدوان دون حساب النتائج حتى وان كان سلوكه يؤدي الى كوارث للاخرين .

رابع عشر: الشخصية الاعتمادية

نمط هذه الشخصية اقل وضوحاً من خصائص الشخصيات الاخرى مقارنة بهم. فنحن نرى في حياتنا الشخص الذي ينهار امام اول عقبة تواجهه او مشكلة صعبة او ضغوط حياتية تواجهه، ينهار ويتألم، وربما يقوده هذا الانهيار الى حالة الاضطراب النفسي.

ان ما تتميز به هذه الشخصية هو الافتقار التام الى الثقة بالنفس والاعتماد عليها حتى كادت تطغي عليه مشاعر العجز الشامل وعدم القدرة على حل ابسط مشكلة تواجهه او اتخاذ قرار مناسب ويقول علماء النفس ان هذا الشخص لايتحمل المسؤولية ويظل سلوكه طفلي ، ويميل الى التعلق بالاخرين كما يفعل الطفل المعتمد على والديه.

وعند قراءتنا التحليلية لهذه الشخصية نجد ان هذه الشخصية نمت منذ صغرها على الرقة والتدليل الزائد وتلبية كل المتطلبات دون استثناء ، ومهما كانت الرغبات ممنوعة او مرغوبة حتى ضاعت لديه الحدود بين المسموح والمقبول ، انه احيط برعاية فاقت عن الضرورة مما اكد في نفسه شعور بالقصور عن مواجهة مشاكل الحياة وضغوطها وازماتها لوحده ، ولهذا فإن قابليته على التحمل توقفت عند حدود قابلية الطفل ، وظل يظن بأن كل ما يطلب ينفذ له وان كل ما يريد يستجاب له ، وكل ما في الحياة سهل المنال وهي متعة ولذة فقط لاغير ، ونسى ان الحياة قائمة على اللذة والالم وليس اللذة وحدها وان الكفاح واجب من اجل نيل المطالب والوصول الى الاهداف.

وقد أكدت العديد من الدراسات النفسية والبحثية التي قام بها العديد من الباحثين والمهتمين على مجموعات من الأشخاص الذين يعتقد أن شخصياتهم وسلوكياتهم تندرج تحت بند الاعتماديين، فتبين أن الشخص الإعتمادي ظل يحمل في داخله التدليل الزائد كأسلوب في التعامل وظل يرمي بكل ثقله على امه التي كثيراً ما تكون هي السبب في عزاءه وهو كبير ناضج ثم تقوده الحياة بعد ان ترك حضن امه وهو صغيراً يافعا ومراهقاً وبالغاً الى اعتمادياً كاملا على المرأة الجديدة الاخرى التي

حلت بديلا عن الام ولكن بصورة اخرى وهي الزوجة ، فهي تحركه بالاتجاه الذي تريده كيفما تشاء ، واحياناً تجزع من تصرفاته الطفلية حينما تطلب منه شيئاً ويذهب الى امه ليستشيرها بموضوع خاص جداً يتعلق بالزوجة ولا علاقة له بالوالدة.

هذه الشخصية يميل صاحبها الى التعلق بالاخرين كما يفعل الطفل المعتمد على والديه وهو يحتاج دائما الى الموافقة على سلوكه والتشجيع الدائم والطمأنة في اي خطوة يخطوها حتى تحل الزوجة بديلا عن الام في الاعتماد والاتكال في التوجيه واتخاذ القرارات المهمة وغير المهمة.

صاحب هذه الشخصية خائف، منسحب من اي مواجهة او موقف يمكن ان يثير العداء ، فهو هياب يتراجع بسهولة وهو سلبي ايضاً في اتخاذ القرار ويلجأ الى الاستشارة حتى في توافه الامور ومن الام اولا وهي تقرر ذلك دائماً ، وان حلت الزوجة بديلا تكون هي الاخرى صاحبة القرار وهو المنفذ ، فنراه يرتبك عندما يكلف بأي مجهود او يواجه اي اجهاد او مشكلة.

معظم الناس يعرفون حق المعرفة ان صاحب هذه الشخصية نشأ مدللا او اعتمادياً مترفاً حتى وان نشأ وبلغ مرحلة النضج والرشد يظل طفلا اعتمادياً ومن سماته البارزة :

- اعتمادية شديدة على الاخرين
- سلبية في مواجهة المواقف الحياتية واتخاذ القرارات
- شكوى دائمة وتوهم بالمرض بوساطته يحقق مكاسب تساعده على الاعتماد دون تحمل المسؤولية
- ارتباك واضح في الاداء الاجتماعي والمهني
- ضعف في القدرة واقامة علاقة شخصية مستقلة ووثيقة
- يحتاج دائما الى دعم واسناد من الاخرين

وفي الغالب ما ينتهي المطاف بصاحب الشخصية الاعتمادية الى الإصابة بالمرض النفسي، لأنه يتأرجح دوماً بين حالات المرض النفسي الخفيف في البداية

والصحة النفسية القريبة الى الوضع المرضي، وللذا فإن صاحب هذه الشخصية يضطر في الاخير الى الاعتزال عن الحياة العامة ومواجهة الضغوط الحياتية والصعوبات والازمات الى الركون للبيت ومحاولة الاحتماء تحت ظلال الزوجة او من ينوب عن الام او بديلها ، لذا فهو يفضل البقاء ضمن حدود الحياة الضيقة تجنباً للاجهاد او التعرض للمواجهة التي تؤدي الى زيادة تدهور قدرته في مواجهة ازمات الحياة بعد ان ضعفت قدرته على التحمل وقابليته على المواجهة وهذا الامر لايكون سهلا عند الناس الاسوياء في ظل ظروف الحياة التي تحتاج الى المواجهة والكفاح وتحدي مصاعبها .

خامس عشر:الشخصية الهستيرية

رصد علماء النفس بعض الصفات في الشخصية الهستيرية ومنها:

- حب الذات والاهتمام بها
- محاولة جلب انتباه الاخرين واهتماماتهم
- المباهاة وحب الظهور
- الاتكال على الاخرين في المسؤولية
- القابلية للايحاء والتأثر بالاخرين والاخبار المثيرة وتفاعلهم القوي مع هذه المثيرات
- الاستعراضية وحب الظهور
- الميل الشديد والعالي للتمثيل
- القابلية للمبالغة والكذب
- الانفعالات السريعة والسطحية معاً
- التلون حسب الموقف
- ضحالة المشاعر وتبدلها
- الفشل المستمر في الحياة الزوجية وعدم التوافق

ومما سبق نخلص إلى أن نمط الشخصية الهستيرية يذكرنا دائماً بمفهوم عدم النضج والنمو العاطفي اي فقدان الاتزان العاطفي في الشخصية، ونقصد هنا عدم الثبات في العاطفة مع سطحية واضحة في الانفعالات، فالشخصية الهستيرية من السهل لديها ان تتلون مشاعرها وتتغير بالسرعة والتقلب، فالتغير السريع سمة واضحة في الوجدان لاتفه الاسباب . اننا نلاحظ في اغلب الاحيان ان صاحب هذه الشخصية يبدو لنا وكأنه ذو عواطف قوية معبرة وتضحي ، الا انه سرعان ما تخمد

وتتوارى وتتبخر وتبحث عن موقف آخر به عواطف اخرى بديلة ، كذلك نلاحظ التذبذب بالصداقة والسرعة في اكتسابها وبنفس الوقت السرعة في فقدانها ، فالشخص ذو الصفة الهستيرية يتميز بعدم القدرة على اقامة علاقة ثابتة لمدة طويلة نظراً لعدم قدرته على المثابرة ونفاذ الصبر السريع.

فمن مميزات الشخصية الهستيرية تعدد المعارف والصداقات السريعة ،وحب الاختلاط ولكن يتميز دائما بالتغير وعدم الثبات ، فضلا عن هذه الكثرة من العلاقات الا انها تظل سطحية ولا تأخذ العمق الكافي من الثبات . ما يميز هذه الشخصية سرعة تأثرها الواضح باحداث الحياة اليومية والاخبار المثيرة واهتمامها بما يدور بين الناس من همس حتى انها باتت تهتم ب" القيل والقال" ويؤثر ذلك تماما على اتخاذها القرارات ، فتخضع كل قراراتها الى الناحية المزاجية الانفعالية اكثر من الناحية الموضوعية العقلانية . ومن الامثلة الكثيرة في ذلك الهمس الذي يدور بين النساء في الخفاء ، والنقل المستمر للمعلومات ومعرفة الاحداث الجارية اول بأول من امرأة الى اخرى عن موضوع لاقيمة له ، وربما كان من التفاهة بمكان ، حتى انه لايثير الجدل ، ولكن تلجأ اليه المرأة حينما تسمع ما لايرضي نفسها ، ان تبادر وتتخذ قرارا مثل قطع العلاقة مع من تحدثت عنها بالسر ، ولا تتردد اطلاقاً عن افشاء اسرارها واغتيابها وسبها علناً ، حتى وان لم تتأكد من صحة هذه المعلومات او حتى مناقشة الطرف الآخر في الموضوع.

ومن المثير في هذه الشخصية ايضاً الاستعراضية الزائدة وحب الظهور الذي يقترن بالانانية دائماً فصاحب هذه الشخصية من الرجال او النساء لديه ميل مرتفع نحو استجلاب الاهتمام والعمل الدؤوب ليكون محور الارتكاز ، فهو ينظر الى كل الامور نظرة ذاتية ، فضلا عن الاستعراضية والمبالغة في طريقة التكلم والتحدث والاشارات والملبس والتبهرج والعمل على لفت الانظار بحركات مسرحية ومواقف تثير الانتباه لغرض المبالغة في الاستعراض . ومن الملاحظ في نمط الشخصية الهستيرية

ان تكوينها الجسمي يميل الى النحافة وصغر الحجم وهو ما يطلق عليه التكوين الواهن ولكن هناك تكوينات جسمية اخرى تظهر فيها الشخصية الهستيرية ايضاً.

فنمط الشخصية الهستيرية عرضة للتذبذب الانفعالي الوجداني ، فهو يعيش حالة المرح والنشوة والحماس القوي وينقلب فجأة الى الاكتئاب والانطواء والبكاء ورغبة في محاولة الانتحار ، وهذا ما يجعل حالة التغير السريع والمفاجئ سمة من سمات الشخصية الهستيرية التي تنعكس على حياته الاسرية.

ومن الملاحظات التي نشاهدها، ان اقل اهتمام من الرجل بالانثى الهستيرية يجعلها تذهب بعيداً في افكارها وفي التأويل والتفسير والتخمينات ، في حين ان الامر لم يكن في حقيقته كذلك عند الرجل واكنها تفسر الموضوع بالرغبة الجامحة تجاهها وانه يحاول اقامة علاقة عاطفية معها وربما لم يكن ذلك مقصده اطلاقاً . وما نلاحظه ايضاً عند الشاب الهستيري الذي يعتقد ان ابتسامة الفتاة له ، انما معناها انها ترغب فيه ، وانها سوف تقع في غرامه وهكذا.

لقد اثبتت الدراسات النفسية ان معظم الرجال ينجذبون للشخصية الهستيرية نظراً لحيويتها وانفعالاتها القوية وجاذبيتها الجنسية والاثارة وقدرتها على التعبير عن عواطفها ، الا ان جزءاً كبيراً من النساء اللاتي يتمتعن بهذه القدرة العالية من الاثارة الاستفزازية المفرطة يعانون من البرود الجنسي ، ويصاب المرء بالدهشة عندما تعلم ان بعض ملكات الجنس في العالم واللاتي يثرن الشباب في جميع الانحاء من العالم قد يعانين من هذا البرود الجنسي.

مما يميز اصحاب الشخصية الهستيرية بشكل واضح وملحوظ هو القدرة على الهروب من مواقف معينة من خلال التحلل من شخصيتهم الاصلية واكتساب شخصيات اخرى تتلائم مع الظروف الجديدة كما يتطلب احياناً من الممثل او الممثلة ان تعيش في شخصية البطل او البطلة يومياً لمدة ساعات باجادة تامة ، فالشخصية الهستيرية لها قدرتها على تقمص الشخصية التمثيلية واندماجها مع الشخصية التي تقوم بالدور عنها ويتطلب ذلك انفصالها عن شخصيتها الاصيلة وهو ما تتميز به الشخصية الهستيرية كما يقول علماء النفس .

وقد أثبتت البحوث أن الشخصية الهستيرية تصلح للوظائف التي تحتاج لعلاقة مباشرة مع الناس مثل الخطابة واللقاءات والعلاقات العامة والتمثيل السينمائي والتلفزيوني والمسرحي وبكل اشكاله ومذيعي الاذاعة والتلفزيون وبعض المهن التي تحتاج الى اللباقة في الحديث والاقناع مع الاستعراضية والمباهاة.

وجد علماء النفس ان الشخصية الهستيرية تستجيب في احيان كثيرة بسهولة الى الضغوط النفسية الحياتية والشدائد في مسار الحياة والاجهاد والقلق التي تتعرض له او حينما تواجه ازمة نفسية تسبب المرض او صدمات مفاجئة تؤدي بها الى الحالة المرضية، ومن اهم الاعراض التي تظهر عليها:

أ.الاضطراب التحولي:

اي يتحول القلق والاجهاد والازمة النفسية الى صراع نفسي بعد ان تم كبته الى حالة عضوية او جسمية واضحة ، يكون له معناه بشكل رمزي ويحدث ذلك بطريقة لاشعورية ، اي ان الشخص الذي يتعرض للحالة المرضية لايفهم المعنى الكامل لاعراضه ومعاناته وآلامه ، ويحاول الشخص الهستيري الذي تحول الى المرض ان يربط بين حالته المرضية واعراضها بظروفه البيئية التي ادت الى حالته.

ب.الاضطراب الانشقاقي:

وبها تنفصل شخصية الفرد الهستيري في حالة اصابته بمرض الهستيريا الى شخصيات اخرى يقوم اثناءها بتصرفات غريبة عنه ، او انه يفقد احياناً ذاكرته وهو سبيلا للهروب من مواقف نفسية مؤلمة او بواسطتها يحاول ان يجذب انتباه الاهل ورعايتهم الخاصة به . ونلاحظ حدوث العمى الهستيري في ساحات القتال عند الجنود او الضباط او فقدان الذكرة الهستيري او الشلل الهستيري ، او عندما يتعرض المرء الى موقف صادم ويفقد فجأة القدرة على الكلام او المشي او الرؤية ، ويذكرلنا اطباء النفس ان الشلل الهستيري في حالة الحرب يحدث عندما لايكون الجندي او الضابط مقتنعاً بجدوى الحرب والقتال ، ويبدأ عنده الصراع الداخلي بين عدم الرغبة في الاشتراك في المعركة وبين الرغبة في الهروب ويصبح خائناً . وتزداد الازمة والشدة

وينشأ الصراع الذي لم يجد الحل وينتهي الى الشلل الهستيري الذي يدخله الى المستشفى للعلاج ويحميه ولو مؤقتاً من هذا الصراع.

ويشيع انتشار الاضطراب الهستيري بين الفتيات والشباب الذين يتعرضون الى مواقف ضاغطة لاتجد حلاً لهذا الصراع . فالشاب الذي نشأ في بيئة دينية شديدة التمسك بالقيم الدينية ، وكانت توجيهات والده الصارمة تحذره وتمنعه عن الفحشاء والتقرب الى النساء ، يلجأ الى ممارسة العادة السرية ، ولكنه تحت ضغط كبته الجنسي بدأ ممارسة هذه العادة بأفراط شديد فنشأ لديه الصراع بين حاجاته البيولوجية ، وقسوة ضميره الديني ، مما جعله هذا الصراع ان يخلق لديه ازمة نفسية حادة مع قلق شديد واكتئاب نفسي ، انتهت باصابته بالشلل الهستيري في الذراع الذي يمنعه من مزاولة هذه العادة . ان هذا الشاب يجهل اسباب حالته المرضية وما آلت اليه الامور ولكن حين وضحت له اسباب حالته من خلال العلاج النفسي ، وحل منشأ الصراع تحسنت حالته وان هذا الشلل الذي اصابه في ذراعه كان يحميه من الاقدام على ما لايرضي ضميره.

وهناك العديد من الاعراض الهستيرية غير المرضية ولكنها تأخذ شكل العادات التي يصعب على المصاب بها التخلص منها ومن تلك الاعراض حركة بعض العضلات الفجائية وتسمى (اللازمة) وتسبب بعض الاحيان الاحراج للشخص ومن امثلتها : رجفة في عضلات الوجه لا يستطيع المرء السيطرة، ارتعاش في جفون العين الفجائي والمستمر، حركة الرقبة او الرأس الفجائية والمستمرة، المبالغة في حركة اليدين او اللعب بالشارب، او في الشعر او ضبط ربطة العنق بإستمرار، او حركة الفم غير الاعتيادية مع حركة الفكين.

سادساً عشر: الشخصية الناقصة (المحدودة)

كثيراً ما يتحدث الناس عن اشخاص لديهم عقدة نقص واضحة، وتبدو بشكل ظاهر وملموس لعامة الناس، لا للمتخصص في علوم النفس فحسب، بل لدى ابسط الناس، وهذه العقدة "نقص" هي سلوك، ويعرف السلوك بأنه كل ما يصدر عن الفرد من استجابات مختلفة ازاء موقف يواجهه او ازاء مشكلة يحلها، او قرار يتخذه او مشروع يخطط له، او ازمة نفسية يكابدها. فالسلوك اذن هو مفتاح معرفة الشخصية بما تحمل وما يدور بداخلها، وهو يعتمد ايضاً على تقدير الفرد بقيمته ولاهميته مما يشكل دافعاً لتوليد مشاعر الفخر واحترام النفس او عكسه، الشعور بالنقص والذل والضآلة .

يقول علماء النفس أن الكثير من الناس يعانون من نقص أو آخر في كيان شخصيتهم، وقد يستطيع الكثيرون منهم التقليل من مظاهر النقص وشعورهم بوجوده عن طريق التعويض بصورة ما عن توفر مثل هذا النقص، وقد تكون محاولتهم للتعويض ناجحة الى الحد الذي يقلل الانطباع في نفوسهم وفي اذهان الناس الاخرين عن النقص الذي يعانوه، غير ان هناك بعض الناس الذي يظهر النقص في التكوين الكلي لشخصيتهم .

اننا بشر نكتسب التقدير الذاتي من خلال انجازاتنا التي نقدمها لانفسنا اولاً وللاخرين ثانياً دون الشعور بأدنى حساسية تجاههم سواء في التعامل المعنوي او المادي او تقديم العون والمساعدة ، دون اشعارهم بأننا متفضلين عليهم او تحسيسهم بالدونية ، فيحصل عندئذ الرضا بقدر ما ادى هذا العمل من نجاحات ، فيبني التقدير الذاتي على ما يحصله الفرد من انجازات ، بينما نشاهد ان الفرد الذي يتميز بالشخصية الناقصة " الضئيلة " ، انه يعلن دائماً ويقوم بتضخيم اعماله وعطاءاته ، وتكبير المساعدة وتجسيمها الى الحد الذي يصبح معيباً وكأنه "منّة" لاعطاءً لله بدون مقابل ، وهو يجد ذاته شعور بالنقص والضآلة .

ومن مظاهر الشخصية الناقصة هي كون صاحبها لايستطيع توفير القدر الكافي من الاستجابات الضرورية في مجال العاطفة والحركة التفاعلية في العلاقات

الاجتماعية ، وبهذا فهو يعاني من عجز دائم في مواجهة التزماته الحياتية ضمن اسرته وعائلته الاوسع او في مجتمعه ، وهو بسبب هذا العجز يجد نفسه مضطراً لاتخاذ مرتبة ادنى في التعامل مع الاخرين ، ويقبل لنفسه مرتبة الخضوع والخنوع ، ومن ميزات اصحاب الشخصية الناقصة "الضئيلة" ، من يتجه نحو الانسياق الى خدمة الغير في مجالات الانحراف والابتذال ، وتقديم الخدمات الرخيصة على حساب شرفهم وسمعتهم .

اننا ازاء أنموذج تعارف عليه الناس ولمسوه في التعامل تماماً، حتى انه اصبح مألوفاً في حياتنا اليومية ، هذا النمط من الشخصية حمل الكثير من الصفات، فهو يشعر بالضآلة والنقص حتى لو امتلك الاموال والبيوت والعمارات والسيارات الفارهة ، ونجح في العمل التجاري، او حقق ذاته في الحصول على اعلى المستويات العلمية او السلطة، الا ان عقدة النقص والشعور بالضآلة تظل تلازمه وهويمتلك المال والجاه والسلطة وزمام الامور في حياته ، فتراه ينظر الى الاقل منه مرتبة مالية او ادارية او علمية، نظرة ملؤها الحسد والغيرة، رغم ان ما يملكه صاحبنا صاحب الشخصية الناقصة الكثير والكثير، إلا انه يظل ناقصاً في اشباعاته النفسية ، لذا كانت بعض ميزاته:

- يستحقر ذاته وعديم المعرفة بالاجابة الصادقة حتى عند حصول الاطراء والثناء.
- يشعر بالذنب دائماً ، حتى ولو لم يكن هناك علاقة بالخطأ .
- يعتقد بشكل لاشعوري بعدم الاستحقاق لهذه المكانة أو العمل .
- يميل الى سحب او تعديل رأيه خوفاً من سخرية او الرفض .

واصحاب الشخصية الناقصة يحملون انفسهم على التميز، فتراهم يمشون ببطء مطأطئين رؤوسهم بحيث يبدون غرباء على العالم، ويحاولون الانكماش على انفسهم فلا يريدون ان يراهم الاخرون، وهناك صفات أخرى تكاد تميز هذه الشخصية عن غيرها وهي :

- القلق والتوتر.

- الاحتمال المتزايد للاكتئاب.
- تدني التحصيل الدراسي.
- الشعور الدائم بالدونية.

ومشاعر النقص لاتتحول بالضرورة الى عقدة نقص، مالم يضف الانسان الى ذاته اضافات زائفة، فالذات المضخمة تسعى الى اضافة مفاهيم جديدة مثل الكبرياء، الجاه، الثروة .. الخ لتقارن ذاتها بكل ذات اخرى وتكون مثلها ، الامر الذي يجعلها معقدة بنقصها – عقدة النقص – التي اشار اليها عالم النفس الشهير "الفرد ادلر" وعقدة العظمة التعويضية، وعلى هذا الاساس تضيف مشاعر الفردية "الانا" اضافات كاذبة الى نفسها لكي تغطي شعورها بالنقص، الامر الذي يجعل الشعور بالنقص يتضخم الى عقدة النقص مع وجود الاستعداد والتهيؤ الى وجود شخصية ضئيلة –ناقصة– .

وخلاصة القول ان معظم الذين يعانون من هذا النمط من الشخصية يتقبلون لانفسهم مكاناً هامشياً، ثانوياً في الحياة، وهم يعيشون عالة على الاخرين ويتطفلون بدون ان يجدوا في ذلك ادنى حياء او يحرك في انفسهم وازعاً لاحترام انفسهم .

سابع عشر:الشخصية الشيزية -الفصامية-

لا اعتقد ان هنالك من لم تتوارد الى ذهنه كلمات مثل : فصام، هستيريا، كآبة،هذه الكلمات تطلق على كل شخص فقد اتزانه الانفعالي واطلق لحيته وظل يتجول بين الناس غير آبه بما يجري حوله ، حتى اطلق عليه العامة "مجنون" . ولكن في التصنيفات الطبية النفسية، ان الحالة المرضية التي تشخص اكلينيكياً هي غير ما نحاول ايضاحه في اطار الشخصيات وانماطها، فالشخصية الشيزية هي مختصر لكلمة شيزوفرينيا اي الفصام، ليست بحال ان تكون مرض الفصام بعينه ، فانماط الشخصية هي سلوكيات تتشابه في اداءها حسب الحالة، فكل منا لديه نمط للشخصية ولايوجد اي كائن بشري بلا نمط في الشخصية، وحامل نمط الشخصية ليس بحال هو مريض بذلك المرض ولكن لو تعرض الى الضغوط النفسية القاسية والازمات والصدمات وضاقت عليه سبل الحلول، فإنه سيتجه حتماً الى المرض الذي يحمل في داخله ذات السمات العامة له.

ان خصائص الشخصية الشيزية "الفصامية" تشبه الى حد كبير نمط الشخصية الانطوائية مع الفارق في وجود المظاهر العاطفية المتمثلة في الحساسية الزائدة وسرعة في الحساسية العاطفية .

من السمات التي يتصف بها صاحب الشخصية الشيزية بأنه حساس ، عنيد ، شكاك ، كتوم ، فضلا عن انه قليل الرغبة في اقامة صلات اجتماعية او صداقات واسعة ، ويبتعد دائماً عن المشاركة الجماعية وفي ممارسة الالعاب الجماعية ايضاً ويحاول ان يفضل الكتاب على الناس ،وكثيراً ما وصف الاهل صاحب الشخصية الشيزية في طفولته بأنه كان اشبه بالملاك ، هادئ ، غريب الاطوار ، حتى انه يشعر بغموض وصعوبة في التعبير عن افكاره ويظهر ذلك من خلال ما يلي:

- سريع الافكار المتطايرة مع ضعف في الترابط بينها.
- لا يستطيع ربط الافكار بعضها البعض.
- يجد صعوبة في ايجاد المعنى المناسب بسهولة للفكرة او الكلمة.
- قلما يستطيع التركيز على المعنى المطلوب.
- يمزج الواقع بالخيال وتختلط لديه الاحداث الحقيقة مع الخيالية.
- تائه الأفكار لا يعرف ما يريد في اغلب الاحيان.

واعراض الشخصية الشيزية في الطفولة هي نذير بامكانية الاصابة بمرض الشيزوفرينيا في المستقبل اذا ما توفرت عوامل اخرى مثل الشدة او الارهاق او الصدمات النفسية الانفعالية او الفشل في الحياة ومواجهة صعابها ويقول علماء النفس المرضي لاشك ان هذه العوامل تؤثرفيها الاستعدادات الوراثية وتعجل في اظهار المرض و تسارعه . ويضيف علماء النفس المرضي ايضاً اننا نجد بالفعل ان معظم الذين يصابون بمرض الفصام -الشيزوفرينيا- اتصفوا بتلك العوامل والمسببات التي ذكرناها خلال مدة طويلة امتدت من الطفولة الى الرشد ، ولكن لو سارت الامور لدى صاحب هذه الشخصية بالمسار الطبيعي دون صدمات شديدة خلال مراحل النمو المتعددة في المراهقة والبلوغ ثم الرشد وتجاوز عقبات التحول بنجاح بمساعدة الوالدين وتوجيهاتهم بهدف التقليل من امكانية الاصابة بالمرض فإنه سينشأ سليماً سوياً الى حدما رغم ان الشك والريبة وما الى ذلك من صفات تكون بارزة في سلوكه وكلما اقترب وتواصل مع المجتمع من خلال الاتصال الاجتماعي عبر العمل والدراسة فإنه سيكون سوياً حتماً .

صاحب الشخصية الشيزية له ميل حاد نحو الدراسات الغيبية وله ولع بها كذلك اهتمامه الكبير بالفلسفة والدين وعلم النفس واللاهوت واذا ما اتيحت له فرصة العمل السياسي فإنه ينتمي للاحزاب السياسية النادرة المتعصبة والتي ترضي فيه

عدم القدرة على الالتزام بمعنى محدد . انه كثيراً ما يشكو صعوبة التركيز وعدم القدرة على فهم الموضوعات المتعلقة بالتفصيلات التافهة مع ضعف واضح في قدرته على اتخاذ القرارات.

ومن صفات الشخصية الشيزية انه يتوقف عن التفكير وهو يتحدث او اثناء حديثه ثم يبدأ الكلام ثانية في موضوع آخر، حتى ان البعض من الناس يرصدون هذه الظاهرة في التصرف على صاحب هذه الشخصية فنجده يشعر بسباق دائم بين افكاره ويشكو من ازدحام رأسه بالافكار المتعددة ولكن عندما نسأله ان يفصح عن هذه الافكار يعجز وتبدو عليه عدم القدرة على التعبير الواضح عن هذه الافكار.

الكثير منا يلاحظ ان بعض الاشخاص كثيري الشكوى وكثيري الاتهام للاخرين وانهم لايفهمونهم ولايقدرون انفعالاتهم وافكارهم حتى يصل الامر في احيان عديدة ان اصحاب هذه الشخصية يعتقدون اعتقادات خاطئة مثل الظن بالاخرين والتشكك بهم وبنواياهم ، ونراهم ايضاً كثيري العلل والتوهم بها رغم انهم اصحاب بدنياً.

ان صاحب الشخصية الشيزية يمر بعدة انواع من الانفعالات دائماً تبدأ بسيطة واولها تأخر الاستجابة الانفعالية مع نقص واضح في شعوره بالالفة والعطف والحنان مع افراد اسرته اولا ثم مع اصدقاءه ثانياً ، بعكس طبيعته الاصلية التي كان يتسم بها سابقاً. الشخصية الشيزية تحمل سمات اخرى يمكن ملاحظتها بسهولة هي ارتباك الانفعالات ، فأحيانا يستجيب بشكل لا ارادي الى العناد والصلابة والتحكم في الرأي والاصرار عليه ، فمثلا نجد الطالب "صاحب الشخصية الشيزية" يلح على والده لتغيير المدرسة ثم عند بدءه في المدرسة الجديدة يطالب بالعودة ثانية الى المدرسة القديمة ثم سرعان ما يطالب والده بأن يبحث له عن عمل لانه لاينوي تكملة الدراسة ثم يعود للدراسة ثانياً. وهكذا يتضح هذا ايضا لدى بعض الطلبة الذين يحولون من كلية الى اخرى دون الوصول الى هدف ، كذلك ما نشاهده عند الفتاة التي ترفض الزواج ثم

تقبله ثم تفسخ الخطوبة ثم توافق عليها ثانية وهكذا. او العامل الذي كثيرا ما يتحول من عمل الى آخر داخل عمله ثم من عمل الى آخر خارج المهنة الواحدة ، ويفسر علماء النفس المرضي بانه ضعف الارادة وعدم القدرة على اتخاذ القرار المناسب والاستمرار والثبات عليه لمدة طويلة، وهي احدى سمات الشخصية "الشيزية الفصامية".

يعرف علماء النفس الشخصية بانها تلك الانماط المستمرة والمتسقة نسبياً من الادراك والتفكير والاحساس والسلوك التي تبدو للاخرين شكلا متناسقاً وتعطي للافراد ذاتيتهم المميزة وصفاتهم الخاصة ، فالشخصية اذن تكوين يتضمن الافكار ، الدوافع ، الانفعالات ، الميول ، الرغبات ، الاتجاهات ، القدرات والظواهر المشابهة . اما الفصام "الشيزوفرينيا" فمعناها الحرفي مشتق من كلمتين ، سكيز(Schiz) ومعناها الانقسام او الانفصام ، وفرنيا (Phrenia) ومعناها العقل اي انقسام او انفصام العقل.

ومن المعلومات المهمة عن الشخصية الشيزية ان انتشارها بين الرجال والنساء على حد السواء وبنسبة واحدة ، وتحولها الى الحالة المرضية يصل بنسبة حوالي 65٪ وتكون عادة في الاعمار الممتدة من 13 -37 عاماً ، اي اواخر العقد الثالث من العمر وان انتشارهذه الشخصية يزداد بين الغير متزوجين عنه في المتزوجين.

يبدأ صاحب الشخصية الشيزية تفضيل الانسحاب من المجتمع والميل الى العزلة والانطواء كذلك انه يكره الربيع واوائل الصيف لان لهما دلالاتهما السيكولوجية لدى اصحاب هذه الشخصية فتزدهر حالات التردي والتدهور كثيراً ولم يجد اطباء النفس وعلماء النفس المرضي تحديداً علمياً للاسباب الرئيسة لذلك ، فالبعض منهم ارجعها الى احتمال وجود تغيرات بيولوجية وفسيولوجية اثناء تغير الجو مما يجعل الفرد "صاحب الشخصية الشيزية" المهيأ للمرض عرضة للانتكاسات ويبدو ايضاً واضحا ان معظم اصحاب الشخصيات الشيزية هم اصغر ابناء العائلة المتعددة الافراد ويكونوا من مواليد فصل الشتاء على الارجح.

ثامن عشر: الشخصية السايكوباتية

الشخصية السايكوباتية تنمو وتتطور ضمن نمط من السلوك غير الاجتماعي وغالبا في فترة مبكرة من العمر، قبل سن 16 سنة، فهي شخصية ترفض القواعد السلوكية للمجتمع والغالباً ما تتخذ لنفسها اعرافا وقواعدا تضمن تحقيق رغباتها الغريزية بأي اسلوب كان.

فالشخص السايكوباتي ببساطة شديدة هو شخص فاسد اخلاقيا، يمثل منتهى البشاعة والتشويه الخلقي، والوحشية، والنزعة الى الشر، فهو مفترس لا يمكن ايقافه او علاجه ويخطط لسلوكه العنيف بصورة متعمدة، ويحقق اهدافه باسلوب يخلو من كل عاطفة وانفعال وببرود تام وبراحة وإطمئنان، لا يعرف الخوف ابداً، ولا يبالي لأية قيمة اجتماعية او اخلاقية او دينية، ولكنه يعتقد ويؤمن في ذاته المشوهة أن ما يقوم به هو من مصلحة المجتمع، فقد يقتل شخصا او اشخاصا ويعتقد انه فعل خيرا، وتجد عنده تبريرا عقلانيا لكل سلوك فاسد يقوم به، وتجده خاليا من اي قلق وتوتر نفسي.

وصاحب هذه الشخصية من الصعب ان تجد سببا لدوافعه، فقد لا تجد اية روابط بينه وبين ضحاياه، ولا تجد نسقا واحدا لسلوكه سوى انه يخطط لسلوكه العدواني والعنيف. فعند ممارسة العنف ينزع الى المبالغة في سلوك العنف، ولا يشفي غليله ابشع اصناف العنف، وهو نزّاع للسادية، ويعتقد انه مخول للقيام بذلك .

يستمر صاحب هذه الشخصية في سلوكه العدواني العنيف الى مراحل متقدمة في العمر الى ان يبلغ 60 سنة من عمره او اكثر، ومن ثم يتناقص تدريجيا سلوكه العدواني العنيف وقد يعود ذلك إلى بدأ إختلال الذاكرة التي ملأتها السنين بالأوهام.

وللشخصية السايكوباتية أنماطاً تتميز كل منها عن الأخرى ويمكننا تمييز هذه الانواع على النحو التالي:

أ. السايكوباتية ذات المزاج المعتل

وصاحب هذه الشخصية سريع الغضب الشديد الى درجة التطرف، ويمكن اثارته بسهولة ولأبسط الأسباب، يسعر بسهولة وتظهر عليه علامات الإهتياج الشديد مقارنة بالأنواع الاخرى، يشبه اهتياجه نوبات الصرع . عنده دوافع جنسية كبيرة الى حد عدم التصديق، وبشكل استحواذي في اوقات اليقظة . عنده رغبة تواقة قوية تصبغ شخصيته سواء في الإدمان ام في السرقة ام في الشذوذ الجنسي، لا يتوانى في اشباع رغباته بأي فعل محرّم وغير قانوني. وهو مغامر ينغمس في افعال مثل القتل والإغتصاب .

ب. السايكوباتية الكاريزمية

وصاحب هذه الشخصية كاذب كبير، لكنه ساحرة مثيرة للإعجاب، ويتمتع ايضا بشئ من الذكاء ويستخدمه بصورة فائقة لمصلحته وفي تسخير الأخرين في تحقيق اهدافه ، وغالبا يتصف بسرعة البديهة والكلام.

يمتلك قدرة عجيبة في اقناع الأخرين ليمنحوه اي شئ يرغبه، واحيانا حتى وان كانت حياتهم، يصعب مقاومة اسلوبه في الإقناع . يتواجد هذا الصنف من السايكوباتية بين القادة الذين يقنعون اتباعهم ويدفعونهم الى الموت، يستخدمون مختلف الذرائع الإنسانية والدينية والسياسية والأخلاقية في الإقناع .

د. السايكوباتية الرئيسة

وصاحب هذه الشخصية لا يكترث للعقوبة، ورد فعله معدوم عن العقوبة، لا يخشى اي شر مرتقب، ولا يعاني من اي ضغط نفسي، ولا يستهجن اي شئ .

يكبح دوافعه غير الاجتماعية في اوقات كثيرة ليس بدافع الضمير اذ ينعدم عنده الضمير تماما، بل يختار الوقت الذي يكون مناسبا وملائما تماما لتحقيق اغراضه.

د.السايكوباتية الثانوية

صاحب هذه الشخصية مغامر، متأثر بضغوط الحياة اليومية والنفسية، وكثيرا ما يعرّض نفسه للضغوط النفسية اكثر من الأشخاص العاديين، وقد يعاني من القلق، غير انه جسور وجرئ ومخاطر لا يبالي للأعراف وغير متمسك بقواعد السلوك الاجتماعي، يتبع قواعد خاصة به منذ وقت مبكر من عمره . يمتلك دافعية غريزية قوية للإمتثال لرغبته واستبعاد اي ألم يترتب جراء تحقيقها، ولكنه لا يستطيع مقاومة اي اغراء او اغواء، وكلما زاد قلقه من صعوبة حصوله على الشئ الذي يرغب فيه ازداد اهتمامه بذاك الشئ.

تاسع عشر: الشخصية المتصلبة والمتطرفة

التصلب هو التشبث بنمط سلوكي واحد وبدوافع وحاجات وأهداف ثابتة لا تتغير وهو العجز عن إصدار استجابات متنوعة ، بمعنى ان السلوك كلما كان اكثر تنوعا كلما انخفضت او قلت درجة تصلبه ، وهو عجز الشخصية عن التشكيل والتكييف للمواقف الجديدة، أي العجز عن القيام بالسلوك الملائم. وهو كذلك ضيق وفقر الاستجابات العقلية التوافقية ، فيواجه الشخص المواقف المختلفة بأسلوب عقلي او سلوكي محدد.

ويعني أيضا مقاومة التغيير في المعتقدات او المواقف او العادات وهو من الناحية السلوكية يتمثل في الطريقة التي يواجه بها الشخص احدى المشكلات او يحلها او يتعلمها. ويرى البعض بأنه العجز النسبي عن تغيير الشخص لسلوكه او اتجاهاته. عندما تتطلب الظروف الموضوعية ذلك ، والتمسك بطرائق غير ملائمة للسلوك.

اما التطرف فيعني هو الطرف الاقصى الابعد عن المركز ، وهو عدم الاعتدال، والمتطرف هو الشخص الذي يحمل او يعتنق اراء متطرفة او يدافع عن اجراءات متطرفة. والتطرف هو النقطة البعيدة المتطرقة. وكذلك عرف هو الوصول الى درجة عالية من شيء ما، مثلا امتلاك سمة معينة في اقل درجة ، كذلك تعني هذه الكلمة صارم او حاد او متشدد. وهي على العكس من كلمة معتدل، التطرف هو اقصى نقطة او اقصى طرف.

التصلب والتطرف وعلاقته بالشخصية

لقد مر مفهوم التصلب بعدة مراحل منذ ظهوره في تاريخ العلم لاول مرة ، وكان يعرف حينئذ بالقصور الذاتي واستخدمه الكثير من الفلاسفة في تفسير الظواهر الطبيعية ، ثم انتقل المفهوم الى مجال الظواهر السلوكية ويعتبر سبيرمان من ابرز من استخدم هذا المفهوم وظل هذا المفهوم سائدا الى ان بين كاتيل Cattle قصوره عن

تفسير بعض جوانب الظاهرة التي وضع للدلالة عليها، ومن ذلك الحين قل استخدام مفهوم القصور الذاتي وحل محله مفهوم الجمود او التصلب.

يعد التصلب سمة من سمات الشخصية يتمثل في ميل الشخص الى التطرف في الاعتداد بالرأي، وعدم تحمل الغموض، والميل الى الحلول القاطعة التي تختار بين ابيض واسود، وتقسيم الامور الى طرفين متعارضين، والسعي اما الى القبول المطلق او الى الرفض المطلق .

وان عدم قدرة الفرد على تغيير اتجاهاته وعدم قدرته على اعادة بناء مجال من مجالات شخصيته من اجل حل مشكلة معينة تتوفر لها عدة حلول ممكنة فإنه شخص يتسم بالتصلب.

وتعتبر الاستجابات المتطرفة او التطرف في الاستجابة بعض أشكال الاستجابات المتصلبة وهي انعكاس لسمات الشخصية.

فالشخصية المتصلبة هي التي تعجز عن التوافق مع المواقف الجديدة ، أي انها تكون عاجزة عن القيام بالسلوك الملائم ازاء المواقف المختلفة والجديدة وتشير كذلك الى فقر الاستجابات التوافقية والعقلية فيواجه الشخص المتصلب المواقف باسلوب عقلي وسلوكي محدد.

ويعد التصلب وخاصة في السياق الاجتماعي سمة أساسية من سمات الشخصية تظهر في تصرفات وسلوك الأفراد في المواقف الاجتماعية، ويعد التطرف وعدم تحمل المسؤولية بعض مظاهره.

وان الميل الى الاستجابة المتطرفة تمثل إحدى السمات الأساسية للشخصية المتصلبة ، وان الشخصية المتصلبة تتميز بالاستجابات المتطرفة.

وهناك العديد من الدراسات التي تعطي الاستجابات المتطرفة دلالة التصلب بحيث انه كلما زادت درجة الشخص على الاستجابات المتطرفة الايجابية دل ذلك على تصلب الشخصية.

ويظهر التصلب بمظاهر متعددة منها الميل الى التطرف في الاستجابة. وهناك عدة انواع للتصلب طبقا للمجالات السلوكية المختلفة وهي: التصلب الحركي ، والحسي ، والانفعالي ، والتصلب الفكري ، وهذه الانواع مستقلة عن بعضها البعض.

وقد قسم كاتيل cattle التصلب الى ثلاثة عوامل وهي: التصلب في الإحساسات ، والتصلب الحركي ، والتصلب في التفكير.

اما وليم جيمس فقد قسم الناس الى صنفين:

الاول: يتسم بالعقلية الخشنة او المتصلبة

الثاني: العقلية الطيعة او المرنة.

ويرى كون وتومسون ان التصلب ما هو الا صفة عامة للاستجابة تعم كل مظاهر سلوك الفرد الذي يتسم بقلة الكفاءة الانتاجية ، وضعف التخيل ، وقلة الحيلة والعجز عن فهم العلاقات المعقدة ، وتكاملها بطريقة بناءة ، والميل لترك الميدان عندما تتأزم الأمور ، والمدى المحدد من الاهتمامات ، والمجال الضيق في الاداء والتوافق مع المجتمع.

ويرتبط مفهومي التصلب والتطرف ببعض المفاهيم النفسية كمفهوم التعصب والذي هو عبارة عن اتجاه نفسي حاقد مشحون انفعاليا، او هو عقيدة او حكم مسبق مع او ضد جماعة او شيء او موضوع وهو لا يقوم على سند منطقي او معرفة كافية او حقيقة علمية وان كنا نحاول ان نبرره فمن الصعب تغييره او تعديله.

ولقد اهتم علماء النفس وخاصة علماء النفس الاجتماعي في بحوثهم على دراسة الاتجاهات النفسية والاجتماعية وعلاقتها بسمات الشخصية ، ومن سمات الشخصية التي حظيت باهتمام الباحثين لدراستها سمة ، التصلب ، والتطرف ، والنفور من الغموض، وقد توصل جولد شتاين Goldstein في دراسة له الى ان

الاشخاص المتصلبين عقليا يتسمون بانهم ذوو اتجاهات اجتماعية اكثر تطرفا من الاشخاص غير المتصلبين . كما انهم يتسمون باتجاهات اكثر استقرارا عبر الزمن.

ويعد التطرف متغير من متغيرات الشخصية ويرتبط ببعض سماتها ومنها التعصب اذ ان المتطرف متعصب يظل عقله منغلقا على ما لديه من أفكار ، ولا يدرك الظروف والأحوال التي يمكن ان تعدل من تفكيره المتطرف.

وتتصف الشخصية المتعصبة ببعض الصفات السلبية او العيوب، ومنها انها شخصية غير متسامحة، تميل للمحافظة والتسلط والانضمام للاحزاب والحركات المتطرفة واستخدام العنف والعدوان ، والشخص المتصلب يتميز بصلابة الرأي والعناد ويكون فكره جامد ، وغير منفتح.

وفي ضوء الابعاد الذي استخلصها ايزنك Eysenk فالمتعصبون يعدون من ذوي الاتجاهات الصارمة والحازمة ويتبنون الاتجاهات التسلطية وتتميز الشخصية المتعصبة بالانغلاق الفكري والعقلي وعدم المرونة والتسلطية.

وقد توصلت الدراسات على الاتجاهات التعصبية بأن الشخصية التعصبية تتسم بمجموعة عريضة من السمات المزاجية اهمها ، (التطرف ، والتصلب ، والجمود، والعداوة ، والمجاراة السلوكية ، والسيطرة).

ولقد حاولت الدراسات ان تبحث إمكانية ان يكون الميل لإعطاء استجابات متطرفة مرتبطا بسمات معينة للشخصية غير التعصب.

واظهرت ان هناك علاقة بين التطرف في الاستجابة ومستوى القلق ، فكلما زاد مستوى القلق كلما مال الفرد الى التطرف في الاستجابة.

كما ارتبطت الاستجابات المتطرفة بمستوى التوافق النفسي ، اذ بينت دراسة ارثر وفريما نتل Arthure & Freemantle ان اسلوب الاستجابة المتطرفة يزداد حينما يضعف التوافق النفسي.

ومما سبق نجد ان للاستجابات المتطرفة اهميتها في دراسة الشخصية فالتطرف يعد احد متغيرات الشخصية وله بعد إدراكي ووجداني وسلوكي.

وظاهرة التطرف والتصلب لا تأتي من فراغ ، ولكن هناك عدد من الأسباب والعوامل التي تؤدي بالشباب الى ان يكونوا متطرفين في استجاباتهم فيما يتعرض له الشباب من تيارات ثقافية متناقضة ، وقيم تربوية متغيرة ، ومعايير غير ثابتة على مستوى الفرد والاسرة والمجتمع والتي اثرت في البناء القيمي للفرد وما ينتج عنه من مشكلات سياسية واقتصادية ادت بالشباب الى الاستسلام والانسحاب والتطرف بسبب عدم تحملهم لهذه المواقف الغامضة.

ولقد عد المنظرون التطرف في الاستجابة بأنه سلوك مقبول اقل من غيره من السلوكيات الاخرى ، وبوجه خاص فإنه اقل فاعلية من السلوك المعتدل.

فالسلوك البشري تحكمه مجموعة من اعتبارات منها ما هو على مستوى الفرد في مشاعره وأحاسيسه وأفكاره وميوله وحاجاته وطريقة إدراكه لما هو يحيط به.

ومنها ما هو مرتبط بالمجتمع وما فيه من نظم ومبادئ وقيم تعمل عملها وتؤثر على الفرد بصورة او بأخرى مما يجعل استجابات الفرد او سلوكه الذي يقدم عليه محكوما او متأثرا بهذه الاعتبارات الفردية والاجتماعية.

ومن ذلك يتبين بان سمة التصلب والتطرف في الشخصية ترتبط ايضا بمجال التطور الحضاري السريع وما يتطلبه هذا التطور من الفرد من محاولة التوافق معه ، فإذا كان التصلب هو التمسك بانماط سلوكية محددة وصعوبة تغييرها والانتقال الى انماط سلوكية حديثة حسب ما تتطلبه التغيرات الحادثة في المواقف.

فإن عدم القدرة على التنازل عن الانماط السلوكية القديمة سوف يؤدي بالفرد الى مواجهة العديد من الصعوبات والعوائق وبالتالي سيؤدي به الى سوء التوافق وسنحاول التوصل الى تفسير اعمق لمفهومي التصلب والتطرف من خلال عرض النظريات التي فسرتهما.

عشرون: الشخصية الاغترابية

أصبح يستخدم هذا المفهوم في حياتنا المعاصرة هذه الايام، حيث كانت الكلمة في ذاتها لها تاريخ قديم من الفكر الديني وبخاصة المسيحي والاسلامي والعصور الوسيطة تلك الاخيرة التي تعددت استخدامات الكلمة فيها ما بين قانونية ونفس - اجتماعية. وأول من استخدم هذا المفهوم علمياً ومنهجياً هو "هيجل" في كتابه الموسوم فينومينولوجيا الروح الذي صدر في العام 1807.

وأصل كلمة الاغتراب لاتيني Alienatio ويستمد هذا الاسم معناه من الفعل Alienaer بمعنى تحويل شيئ ما لملكية شخص آخر وهذا الفعل بدوره من فعل آخر هو Alienus اي ينتمي الى شخص آخر متعلق به ، وهذا الفعل الاخير مستمد بصفة نهائية من لفظ Alius الذي يعني الآخر سواء كأسم او كصفة كما عرضه ريتشارد شاخت .

ان الشخصية المغتربة أو التي تشعر بالاغتراب تعد مأساة الانسان المعاصر في عالمنا اليوم فهي تعيش صراع بين أكون ولا أكون في سياق هذا الازمة الانسانية المحتدمة في حق الوجود والعيش برضى وهدوء. تقوم جدلية هذا النمط من الشخصية على صراع يتمركز في:

انا افكر .. اذن .. انا موجود

انا أفكر .. إذن .. انا قلق

انا قلق .. اذن ..انا موجود

أفكر حيث لا أوجد، أو أوجد حيث لا افكر معبرا عن أن الاحساس بالوجود لا يتحقق في الذاتية - انطلاقا من الذات أو التفكير - وانما يحصل الانسان على الاحساس بوجوده من خلال الآخر وفي الآخر وبالآخر كما تقول نيفين زيور .

لا تجد الشخصية المغتربة في الواقع الذي تعيشه نفسها بل تجد نفسها غريبة في مجتمعها، غريبة عن ذاتها ، لم تجد الآخر الذي هو في وجوده انعكاسا انسانيا في علاقته بالآخر فيقول"مصطفى زيور" فوجودي وقد عثرت عليه مشوب بالغيرية أنه وجود واغتراب معاً" من حيث عثور على الوجود داخل الاغتراب في الغريب حقاً" انه ليس اغترابا" شاملا من حيث إن الآخر إنما هو أنا .

تعاني الشخصية المغتربة بالعزلة عن الاخرين لفقدان لغة التواصل والتفاهم معها ويقول "كيركجارد" قضية علاقة الفرد بالاخرين ضياع الانسان في الحشد ، هذا الحشد من البشر او كما يسميهم بهائم البشرية حينما تندمج هذه الشخصيات في اية قوة بدون العقل ، سواء قوة الحشد او الدين او النظام السياسي .. الخ ، انما تفقد إنسانيتها ويغترب الفرد ويضيع في الحشد وبين الوجود الزائف .

ويقول علماء النفس ان الشخصية المغتربة تضيع بين جزئيات الحياة اليومية حتى تضيع الاسرة، و يسرقون منها وجودها الانساني السوي ويسلبون ذاتها وحريتها .

ترى ادبيات علم النفس ان الاغتراب هو قضية الانسان في كل زمان ومكان وليس قضية عصرنا الحالي فقط رغم ان ظاهرة الاغتراب والشخصيات البشرية التي تتسم بسماتها ربما تختلف من عصر الى آخر ومن مجتمع الى مجتمع ولابد ان نقول اننا نشعر بالغربة حينما يكون القهر ويكون مستمرا ويقول"اريك فروم" الاغتراب ليس نعمة او نقمة بل إنه يدخل في النسيج الوجودي للانسان وسيظل الاغتراب طالما يظل الانسان، ويضيف "تيلش" اكثربقوله على الرغم من الأغتراب يحاول الانسان أن يظل إنساناً" فإننا نقول أن الانسان بغير الاغتراب ليس انساناً".

واحد وعشرون :الشخصية الاستعراضية المتباهية

الإستعراضية والتباهي حالات قد نتعلمها من المقربين او الاهل في مرحلة من مراحل العمر الاولى حينما وجدنا آبائنا او المقربين منا يستعرضون قوتهم العضلية او شخصياتهم او مشاعر التفوق على الاخرين، فالاستعراضية هي اظهار صفات يتمنى صاحبها ان تكون حقيقية في شخصيته وكيانه النفسي ولكنها ليست كذلك وانما هو شعور بالدونية ، ومشاعر الدونية كما يقول عالم النفس الشهير الفرد ادلر" هي عدم الثقة بالنفس ، ولما كانت هذه الصفات في الشخص فإنه يبحث عن التفوق باظهار المباهاة والاستعراضية تعويضا عن هذه العقدة النفسية "عقدة الشعور بالنقص" ويضيف "ادلر" ان الشعور بالدونية سبب كل عصاب "العصاب هو الاضطراب النفسي" وعلى هذا فالعصاب شعور مستمر بالدونية .

نحن على يقين تام ان من يتباهى ويستعرض ويضفي على ذاته المهزومة صفات غير موجودة فيها انما يبحث عن تعويض هذا النقص الذي يدركه المتعلم وغير المتعلم ، من درس النفس او له درايه في مسالكها ، ان صاحبنا الذي يستعرض يتمنى ان يكون هكذا ولو على مستوى المتخيل ولكن الواقع غير ذلك اطلاقا ، انه مبتلى بالشعور بالدونية ، يتألم ويعاني من احساس عميق باللاأمن الذي يصاحبه الخوف والعجز وبما انه يتألم فهو يفتش عن حل وهذا امر منطقي جدا وكل منا اذا احس بهذه المشاعر في اي موقف فإنه يبحث عن شئ يبعد عنه هذا الشعور ليبعد الالم الناجم عنه، ماذا يفعل برإيكم .

إنه يصبح عدوانيا ، فالشخص الذي يتألم من عقدة نقصه ومشاعر الدونية بالتأكيد يلجا الى الاستعراض والتباهي لكي يبحث عن التفوق حتى ولو امتلك المال والسلطة تبقى عقدة النقص تلازمه وهو في اعلى سلطة ، ويقول "داكو" اذا كان يتألم من الشعور بالعجز بحث عن القوة واذا كان يحس بإنه مغلوب فإنه يلجأ الى التعويض، ويضيف قوله ان التعويض ينقذ الحياة المعنوية لهذا النوع من العصابيين "مرضى النفس" الذين يعيشون بيننا ونتلمس سلوكهم بسهولة من خلال تصرفاتهم وافعالهم واستعراضهم لما يملكون من مال او جاه ويستخفون بالاخرين ممن هم اقل

منهم مالا او جاها ، هـذه الشخصيات تـرى في تواضـع الانبيـاء ضـعف ، ومسـالة الاولياء والصحابة والصالحين مذلة .

ان شدة الاستعراض والتباهي عند الفرد الذي يقوم بها انما يرغـب لاشـعورياً ان يعرف الناس ذلك عنه، إنه يناور من اجل ان يلاحظ الاخـرون كـل مـا يقـوم بـه وينتظر منهم الاعجاب والمديح والثناء لانه يحتاج الى ذلك معنوياً ، انه يريد ان يكون رجلا عظيماً وهو في الحقيقة ربما يكـون تعويضـا عـن دونيـة تولـد إحساسـاً بـالقوة والسيطرة في داخله .

الشخص المتباهي، الاستعراضي يرفض بعنف قبول اي نصـيحة، انـه يتصـف بروح المعارضة الشرسة احيانا وكأنها عزة نفس ولو كـان مخطئـاً، آه كـم تركـت فينـا طفولتنا جروحا لم تندمل ومنها تربية الاستعراض.

انه يرفض بقسوة وبأباء اي دعم يعرض عليه ، انه يريد ان يقضـي حياتـه دون ان يطلب من احد شيئا كي لا يكون مدينا لاي شخص كان بشئ ويعتقد انـه يعـيش شامخ الرأس ويرفض ان يعترف بالخطا . انه لا يحتمل النقد اطلاقا مهما كان بسيطاً ، لا يقبل انه هزم في موقف او حالة ولو كانت بسيطة او جدال او مباراة لكرة قـدم او كرة طائرة ، واذا لم يستطع ان يعبر عـن مـا يـدور بداخلـه وهـو طفـل نـراه يصـرخ ويضرب راسه ويعتدي على الاخرين ، فينشأ نرجسيا ، انانيـا لا يحـب حتـى زوجتـه بقدر ما تربطه بها من علاقة مصلحة او يكون خانعاً لها او رافضا لها تماما .

اثنان وعشرون الشخصية المكبوتة

يقول "سيجموند فرويد" مؤسس التحليل النفسي أن القلق هو الذي يحدث الكبت وان الصراع هو حجر الزاوية في هذه العملية اذا ما عرفنا بشيء من التبسيط ان الكبت هو الاستبعاد اللاشعوري للمشاعر او الافكار او الصدمات الانفعالية او حتى الحوادث المؤلمة ، استبعادها من حيز الشعور الى حيز اللاشعور لذا يمكننا القول ان كبت الدوافع يعني انكار هذه الدوافع ويعني ذلك تجنب اي منا للواقع المؤلم او المسبب للقلق ايا كان نوعه او اساسه . تقول "د. نيفين زيور" ان الصراع الفعلي لايعدو أن يكون عاملا مثيرا وأن الاستعداد للعصاب "الاضطراب النفسي" كان موجوداً في المستوى التحتي في حياة الفرد منذ طفولته.

يعرف الكبت: على انه حيلة تلجأ اليها النفس البشرية ويقوم بها الانا في الشخصية.

وترى موسوعة التحليل النفسي ان الكبت هو الذي يقوم بالدور الرئيس في نسياننا لافكارنا وذكرياتنا ومعلوماتنا ورغباتنا ومشاعرنا فلا نعود نحس بها او نتذكرها حتى لا تسبب لنا ضيقا او قلقا او ضررا. وعليه كان فرويد محقا الى حد بعيد حينما قال ان الكبت هو اول وأهم وسائل الانا في الدفاع عن نفسه ضد الصراع والقلق ، ولكن لما كانت المادة المكبوتة تظل بمثابة خطر كامن يهدد التوازن المتمثل في الانا وهو ما سماه فرويد عودة المكبوت فإن الجزء اللاشعوري لا يكتفي بالكبت فحسب، بل يستخدم وسائل اخرى للتخفيف عن الالام وهي ميكانيزمات الدفاع الاخرى.

يلعب الكبت الدور الاساس في نشوب الصراع اذا لم ينجح الفرد بأن يجعله كبتا ناجحا ، فالكبت الناجح يقي النفس الانسانية من التدهور ويوقف الضيق اذا ما تعارضت مع الواقع كما انه يمنع الدوافع الثائرة المحظورة من ان تفلت من زمام الفرد

فتعرضه لما لا يرضى عنه ولا يقبله لانه يتعارض مع قيم المجتمع والدين فينشأ عنه الشعور بالذنب، ولذا فإن للكبت الناجح منافع عديدة وكما الحال للكبت غير المسيطر عليه مضار أقلها أنه خداع للنفس .

ومن خصائص دوافعنا المكبوتة انها مجموعة قوى جامحة تعبر عن نفسها في ثورات غير مسيطر عليها وتظهر اثارها في حالات الفوبيا التي تنتاب البعض منا وبعض حالات الافعال الاندفاعية والافكار الوسواسية وتبدو اكثر وضوحا في ما يصدر منا من زلات لسان غير مسيطر عليها او فلتات في افعالنا او حتى مجموعة الكوابيس والاحلام التي تقحم نومنا ولا ندري لماذا هذه المزعجات التي لا نعرف دوافعها ونرى انها دوافع مجهولة يصعب على الكثير منا التحكم فيها او حتى ارجاءها او ابدالها او اعلائها او ارضائها . ان للكبت في النفس الانسانية تأثير ووقع قوي جدا ، فهو يستفز النفس ويستثيرها ويوغل في ضراوة ما يوجهه لها النفس من عنف وشدة حتى يجعل الفرد لاحيلة له ولا قدرة ويصبح عاجزا عن ضبط سلوكه او ما يصدر عنه من افعال او تصرفات شاذة وغريبة سمتها الاساسية القسر.

اننا نتعرض لمواقف حياتية متنوعة ومختلفة في الشدة لا تجعلنا نلجأ الى الكبت إلا اذا اشتد هذا الموقف بحيث لا نستطيع تحييده على الاقل في الوقت الذي وقع الحدث فيه فيكون الصراع محتم واكيد ، لاينتهي الا اما بقبوله او كبته ، ولكن حينما يكبت تبدأ المشكلة بالتفاقم . ويقول د. عباس محمود عوض "يتصل الكبت بالعقد النفسية وهذه عبارة عن زمرة من الاحداث والذكريات المكبوتة المشحونة بشحنة شديدة من الخوف والغضب والاشمئزاز ويتميز السلوك الناتج عنها بعدم تناسبه مع المثير لانه يتميز بالقسر والاندفاع ، ان العقد النفسية استعدادات مكبوتة لاشعورية لايفطن اي فرد لوجودها ولايعرف اصلها ومنشأها وهي عادة تنشأ بسبب صدمة انفعالية او تجارب مؤلمة متكررة مرت بالفرد او ربما تكون رد فعل لتربية قاسية او أسرة مضطربة بين الابوين مثل كثرة الخلافات وما شابه ذلك فنشأ الابناء على تربية

تسرف في الكبح والتخويف او التأثيم اي تجعل الطفل أسير الشعور بالذنب في كل ما يقوله وكل ما يقوم به او يفعله . فهنا يكون الصراع الناجم عنه متأصل في الشخصية تماما وهو في الكبر لذا نشاهد صورة الشخص من خلال مرآة سلوكه واسلوب تعامله وطريقة حله لمواقف الحياة وهو كبير ، فصراعات المرحلة العمرية في الرشد هي في الاصل الصراعات المثبتة في الطفولة وما رافقها من كبت ، ذاك الصراع الذي لم يفضي الى الحل او تصفيته إلى تكيف موفق مع النفس اولا ومع العالم المحيط به ثانيا فأثر على التناسق بالشخصية واصبحت النفس في صراع دائم أثر على بنية النفس فنرى الشخصية الانفعالية- المتهورة التي تعتقد بأن استخدام اليد والضرب هو الحل في كل المنازعات بدون نضج وصاحبها كبير ربما بلغ الاربعين من العمر او تلك الشخصية التي تلوذ بالكذب كسلوك يومي صار جزءا من الشخصية وابنيتها ولا يستطيع ان يترك هذا التصرف حتى بنيت النفس معه او ذاك الذي يرى في النميمة سلوكا مميزا لشخصيته ، هذا النمط من الشخصية عجز فيه صاحبها عن السيطرة على موقف شاق واجهه مغلوبا على امره فهنا يؤدي التثبيت دوراً قويا على شدة الكبت ومن ثم الصراع داخل النفس والذي لم يحسم فنراه راح يوزع ويطشر هذه الانفعالات بسلوك غير مسيطر عليه على الجميع مرة يتناول الناس باعراضها او الافتراء عليها او اتهامها بشتى الانواع من الاتهامات ، وهناك الكثير من الانماط السلوكية التي ينتج عنها الكبت وشدته والصراع الناجم عنه ويقول "مصطفى زيور" اذا كان الصراع محدودا لا يصحبه شذوذ في بنية الانا ولا انعدام نضوج غريزي يفضي الى طبع السلوك بذلك الطابع المدمر .

ثلاث وعشرون الشخصية الدونية

الشعور بالدونية يبدأ منذ السنوات الاولى في حياة الانسان بفعل التربية حيث ترى الدراسات النفسية ان كل طفل صغير يحس بالحيرة والعجز امام القوى التي تحيط به ، ضعيف يجهل العالم الذي لا يحس به سوى احساس غامض فيتقبل الاوامر التي يتلقاها من والديه او من يقوم على تربيته لكي يأمن العقاب ولهذا السبب يبحث كل طفل عن الامن قبل كل شئ ويبحث عن الدعم والتعزيز من القائمين عليه كلما انصاع لما يريدون وهي مصادرة كما يعتقد علماء النفس تلقائية الطفل وطفولته .

وهي بنفس الوقت توجيه قسري على اساس اختارها له من يقومون على تربيته . وتقول النظريات التربوية ان اقصاء الشعور بالدونية يأتي من اعطاء الطفل حق التعبير عن تلقائيته حتى وان كان بها مساس بذات الاخرين او كانت تساؤلاته غير منطقية عن الكون والخلق والتكوين وكيفية تكوين الطفل وهي اسئلة استطلاعية تنم عن قدرة عالية تتحول الى ذكاء اذا تم توجيهها توجيها صحيحا ، لانها تولد لديه الثقة بقيمته الخاصة وتمنحه القوة لأن يقول ما يريد ويعبر عن ما يراه وهي بداية تكوين مفهوم الحرية لديه وهو طفل ولكن هذا المفهوم الذي لا يفهمه الطفل على هذا القدر به حقا من الغموض والابهام وانعدام الحدود والاداب يجعل الاباء يتأملون كثيرا ويقفون عندها لذا يلجأ الاب الى التأديب القسري في ثني الطفل عما يقوم به وهو لا يعرف .. انها اشكالية في الصغر واشكالية في البلوغ .

ان الحرية كما يعتقد الاباء ليست الفوضى في التربية ، وهي كما يعتقد السلطان الذي تبدل من صورة الاب الى صورة الحاكم ان الحرية الحقة ليست وهم الفوضى وليست حلم التحلل من كل قيد والرفض لكل شئ ، ويتسائل الاب الجديد، السلطان القابع في صورة الاب : اين القيم ؟ اين تعاليم الدين الحنيف ؟ اين تعاليم السماوات ؟ اختزلها في سلطته للدولة اذا انصاع الجميع له .

ان تثبيت مشاعر الاحساس بالدونية اثناء الطفولة تبدو كبيرة ومضخمة في الكبر لانها امتداد للخنوع والقبول ومصادرة الرأي في الصغر ، ومن سوء الحظ ان معظم الاباء والامهات وكثيرا من المربين يعززون الشعور بالدونية لدى الاطفال فينشأ جيل بعد جيل لديه شعور كبير بالدونية ، فالوالد الذي يعاني الشعور بالدونية يحتاج لان يبقي طفله في حالة من النقص وكذلك الام ، فالاباء بحاجة إلى ألا يكون لطفله شخصية عفوية او قوية تتمرد عليه كما يعتقد فهو بحاجة إلى ضعف طفله ليعزز الشعور بالسيطرة لديه ذلك الشعور الذي يمنحه الإحساس بالقوة وهي الصورة نفسها حينما يتعامل رئيس الدولة او الملك او الامير او القائد في ادارة الدولة بنفس الاسلوب ، فهو يريد من شعبه الطاعة العمياء ، والاستسلام والقبول وفي بعض الحالات المتطرفة الخنوع والاذعان الكامل اذا كان صاحبنا من نوع شخصية القائد العظيم والفاتح المنصور وحامي القيم والدين .

ان ادبيات علم النفس تبين لنا ان الاب يرهب النساء في بيته وهو يظن بانه يحترمهن يحتقرهن ويرفع من شأنهن يكرهن لانهن عار في احساسهن بالانسانية ، والانسانية تؤدي الى الحرية ، والحرية انفلات وتحلل ، فيجب على الاب ان يكون شديدا مع الام والبنت والولد . في السلطة نفس الصورة لانه يعتقد ان الحرية صراع .. نضال .. مواجهة وخضوع الكامل والشامل ولابد ان لا يخرج المواطن من جدل العبد الى جدل السيد ولابد له من كل طور وزمان ان يكون خانعا وهو جدل القبول والرضوخ لا لينتقل منه الى جدل المعرفة والتحكم والسيطرة والتغيير ، ففي التفكير ابداع ، وفي المناقشة بكل شئ حرية .

فحرية الانسان في مواجهة الانسان حرية الحر في مواجهة حر آخر هذا الاخر اذا كان يستلم السلطة والقوة فإنه يلغي وجود من يطلب الحرية.

وعندما نقول ان المستبد الاب - الزعيم أيا كان ليس حرا ، ليس صاحب ارادة حقيقية وبالتالي فهو يسقط مشاعر الخوف على من يقوم على تربيته لكي يبقى

متماسكا امام الناظرين وهو يحق عدوان لاشعوري ضد الابناء او ضد الشعب بصورته الاوسع.

ان التربية المقرونة بالحب المتزن للطفل تترك في نفسه الأثر الايجابي وهو صغير وسويا وهو كبير ، اما اذا كان الاب فظاً وعدوانيا فسينشأ مثلما تعلم واكتسب من عادات سلوكية. تظهر بعض انواع السلوك بشكل مجسم في تضخم الانا حينما يدعي لنفسه الانجازات والمفاخر والافضال على الناس كلها وانه ثبت الدين ومنح اهله العز والشموخ وبوجوده دعم الدولة حتى ان مكارمه شملت الجميع ومعظم الدول المجاورة وشعوب الارض جميعها.

اما صورة الذات عند بعض الافراد فنراها متضخمة ولديه احاسيس مركبة تلازمه لانه يحس نقصا عاما في شخصيته وعقدة النقص كما يقول ألفرد ادلر ان الانسان يستهدف منها اساسا تعويض إحساسه بالنقص بمعنى آخر التغلب على عقدة النقص حتى يحس القوة والسيطرة فيعوض بذلك قصوره ويرد الاعتبار الى ذاته ، فالبعض حينما يقوم باي عمل بسيط يضخمه بشكل غير طبيعي او يتباهى البعض عن اي فعل بسيط يقوم به او يتخيل صور لا اساس لها حتى تنشأ مشاعر العظمة بسبب جذور عقدة النقص والشعور بها من الطفولة ونحن نعرف تماما ان فاقد الشئ لا يعطيه فالمحروم لا يمكن ان يمنح، بل انه في جوع دائم بسبب شدة الكبت في الطفولة وتظهر ذكريات الطفولة المكبوتة بكل افعاله وتعاملاته وان الذليل لا يمكن ان يكون سيد حتى ولو في مخيلته.

ان تأثير الوالدين في تكوين الشخصية تاثير حاسم وان الطفل يكون في مبدأ الامر كائنا لا اجتماعيا وهو كي يستطيع أن يصير كائنا اجتماعيا لابد له من عملية تحول اجتماعي، اي لابد له من تمرين كفيل بأن يجعله يرتضي قواعد الحياة في المجتمع ومن ثمة فالنضج السيكولوجي هو اكتساب عادات وجدانية جديدة تحل محل الانانية البدائية ، هذا التحول رهن بالاباء والمربين والشرط الاول لنجاح الاباء هو ان يكونوا

هم انفسهم قد تمثلوا قوانين المجتمع اي يكونوا قد بلغوا نضجاً سيكولوجيا كافيا وإلا كان مثلنا من يعين أميا لتعليم الطفل القراءة. ان الغرض من التربية عند الاب لم يكن لمصلحة الابن بل بالاحرى حاجة الاب نفسه الى تحقيق رغباته الطفلية وبعبارة اخرى صار الابن مسرحا تمثل عليه دوافعه القديمة وعقده الخاصة وكذلك الحال عندما يكون المسؤول او وكلاء ادارة المجتمع مهمتهم صياغة النشئ صياغة اجتماعية وبناء الدولة بناءا اداريا غالبا ما يسلكون تحت تأثير عقدهم الشخصية، فكل رأي يواجه بالقمع لانه يوقظ فيهم صدى عقدهم الطفلية فيستجيبون لذلك بأن يقمعوا كل فكر او رأي او ابداع او تغيير يعهد اليهم او يواجهون به كما لو انهم يقمعون انفسهم هم.

الرابع والعشرون الشخصية الغيورة

يقترن الشعور بالغيرة بالنقص او عقدة النقص، فهذه المشاعر التي يمارسها الناس شعوريا او لا شعوريا بقصد او بغير قصد لها دلالات ومعاني في النفس، تنشأ من مشاعر معقدة لدى الانسان . ترى موسوعة علم النفس والتحليل النفسي ان عقدة النقص هي مشاعر واحاسيس مركبة تلازم الفرد الذي يحس نقصاً عاماً في شخصيته او نقصا محدودا في جانب اساس من جوانبها او مكون مهم من مكوناتها سواء أكان جسميا ام عقليا ام نفسياً .

يعد سلوك الغيرة عند الرجال والنساء معا سلوكا يخفي وراءه عقدة مترسخة من النقص وتظهر ملامحها في كل تعامل وحسب شدة ترسخ هذه العقدة ، فيقول د.عادل صادق رحمه الله هناك في اعماق من هذه الشخصية في منطقة نائية مظلمة مجهولة توجد حفرة أو اخدود غائر نشأ عن جرح قديم مجهول السبب وأي اثارة لهذه المنطقة في الوقت الحاضر تشدها الى أسفل تثير لديها مشاعر سلبية سيئة بالدونية وعدم الجدوى وعدم القيمة وتظل هذه البؤرة تنضح ألماً وعذاباً ولوماً للذات هو جذور الشعور بالنقص ومعناه الهجوم على الذات. ان الانسان في كفاحه اليومي في التكيف مع متطلبات الحياة لابد ان يظهر الوجه الاجمل في شخصيته من خلال تعامله ولكن هفواته وزلاته غير المسيطر عليها تظهر هذه الحقيقة التي جبلت عليها النفس بالتكوين لا بالوراثة .

ان عقدة الدونية التي تلازم الرجل- المرأة المتمثلة بالغيرة تأخذ منحيات عدة منها ان كلاهما قلما يفتقر الى معنى خالٍ من التحقير في كل تعامل مع الآخر لانه افترض ان الاخر نداً له وليس مساوٍ له او مكمل ونسى او تناسى هذا الانسان بوعيه وخلقه انه في هذه العلاقة ، ما هي إلا ترشيد فيما يخص بني البشر إذ ان الانسان لايصير إنسانا إلا بقدر ما يانس هو الى الاخرين وبقدر ما يانس الآخرون - هم -

إليه هو ، هذا الانس وهذه المؤانسة هي الوجود معاً وهي الجماعة على حد قول د. فرج احمد فرج.

ان نشوء عقدة الغيرة عند الرجل والمراة معا تعود جذورها الى مرحلة الطفولة حينما شعر الفرد أب او ام وهو صغير بالاهمال او النبذ والانكار والقسوة ، حين افتقد ذلك الطفل الحب غير المشروط الذي تقدمه كل ام ويقدمه كل اب ، اصبح لديه حساسية لنبرات الصوت وتعبيرات الوجه الدالة على الرفض او عدم الاهتمام ، حساسية ترقى الى الشك في انها لا تجد الحب والاهتمام المطلوب ، فكم من اب او ام، كان شحيحا في عواطفه تجاه ابنه او ابنته ، وكم كان ذلك الاب قاس اقوى من ان يرهف قلبه لهذا الطفل الصغير ويمنحه الحنان. وهكذا تولد في داخل هذا الطفل الحجر الاساس والزاوية والقاعدة التي تبنى عليها مشاعر الغيرة وتتصاعد وتتضخم وتملأ العقل وتهز النفس وتفسد الرؤية وتؤذي الاعصاب وترهق الجسد وتشل التفكير وتشوه الادراك للاشياء بواقعيتها انطلاقا من ذات مقهورة.

ولما كانت الغيرة في بناءها وتكوينها الاولي هو عقدة النقص فلابد ان يرافقها حتما حب السيطرة في الكبر عند اولئك الذين نشأوا بين اكناف اباء او امهات قساة ، ظهر ملامح حب السيطرة وتنمو حتى تصبح سلوكا او صفة من صفات الشخصية في تعاملها مع الناس ، هذه الشخصية تتعامل مع الآخرين وكأنهم عبيد ، عليهم قبول آرائها بلا نقاش وانهم ملكية خاصة لها ، لا حرية لهم في القول أو الفعل ونجد في ملامح هذه الشخصية رؤساء وزعماء اعتقد الكثير من الناس انهم ابطال ولهم صولات وجولات في معترك الحياة السياسية ولكن هذا نقيض ما يدور في شخصياتهم ، فالشخصية الغيور/ الغيورة غير عادلة وغير منصفة ولا تقدر مشاعر الآخرين وهي اما تعرضت لحرمان زائد اكثر من اللزوم في طفولتها أو كان هناك تلبية زائدة لطلباتها واحتياجاتها التدليل الزائد والنتيجة واحدة في الحالتين وهو الشعور

الدائم بالتهديد والخوف من الفقد ولكم في ذلك امثلة لابناء ملوك ورؤساء اتصفوا بالدكتاتورية والقسوة حتى نشأ ابنائهم اكثر غيرة وعقدا من النقص.

ان من تتصف شخصيته بالغيرة تتصف ايضا بالانانية رغم ان درجة الانانية موجودة فينا نحن البشر بنسب متفاوتة وقدر معقول يصبح مقبولا ومحتملا في بعض الاحيان لان ارهاصات الانسان في مواقف الحياة كثيرة ومحكاته تظهر هذه الحالة في الشخصية إلا اذا كانت سمة فإنها تاخذ ملامح الشخصية الغيرية فترى الادبيات النفسية هناك فرق بين ان يكون الانسان أنانياً أو يكون مهتماً بنفسه ،فالاناني هو الذي يريد كل شيء لنفسه بطريقته متجاهلا رغبات واحتياجات الآخرين ، يريد ان يكون وحده يمتلك ويقول ويفعل ما يريد ولا يفسح للاخر مجالا ، اما المرأة الغيورة فهي دائما تتجاهل رغبات واراء الاخرين وتبحث عما ينقصها اولا باول ولا ترى في ذلك معيبة او خجلا ، ولها في من تقترن به مشاكل وهزات في حياتهم الزوجية ومن ابرزها اذا اعترض الزوج او اتهمها بأنها تبالغ في كل شيء ، في طلباتها في استعراضها، في طريقة كلامها فإنها تنفجر غاضبة وتتهمه بالاهمال وبانه لا يقيم وزنا لمشاعرها واحتياجاتها وان سايرها فإنها تنهي كيانه بطلباتها غير المنتهية والمستعجلة فتراه يجري لارضائها ولا يستطيع لانها شخصية قلقة مع عقدة النقص والبحث عن الكمال الذي لن ولم تصل اليه ابداً ابداً .

الغيور لا بصيرة له يميل في كثير من الاحيان الى ان يؤذي نفسه ومن يحيطون به، فالزوج الغيور يترك اثارا نفسية فيمن يحب لا تشفى وكذلك الحال بالنسبة الى الزوجة فهي لا تقل عن الرجل الغيور في تصرفاتها رغم انها ذكية ولامعة وناجحة وقادرة ان تدير اشياء كثيرة ولكن حينما تتصرف مع من تحبه فكأنها تبدو متخلفة عقليا ، تختزل كل ذلك الى اصغر شيء في شخصيتها وهي رغبتها الطفلية التي لم تشبع من زمان بعيد فقول "سيجموند فرويد" ان طفولتنا لم تغادرنا ونحن كبار، وهو قول

صحيح تماما . فمن مظاهر الطفولة الاندفاعية والاسراف والانانية وحب الذات وهذا ما نجده في الشخصية التي تتسم بالغيرة لدى الرجال ولدى النساء معاً .

الشخصية الغيورة شخصية انهزامية تعادي نفسها ولا تستطيع ان تضع حدا لايذاء الاخرين فتسيء لاقرب اصدقائها او اقاربها حتى يبتعدوا عنها شيئا فشيئا وهو ما ينطبق عليها في ذلك الحتمية النفسية المرضية وكأنها تريد ان تكون هي السبب في ابعادهم قبل ان يتركوها هم ، المقربين او الاصدقاء.

وخلاصة القول كما رأه عالم النفس الغيرة انطماس الحدود بين الذات والآخر، فشعور المرء بالغيرة هو في اساسه إحساس بان كيانه اصبح نهباً يغير عليه الآخرون بنجاحهم ،إنه شعور بالمنافسة لدى من لا يقوى إلا على ان يكون مشاهداً محروماً بفعل المنافس ، فهو يرى شخصه مغتصباً أسيرا للاخرين ويود من جهته أن يغتصب ويأسر الآخرين .

خامس وعشرون الشخصية الانسحابية الإنهزامية

لم يلحظ احد من الناس عملية الانسحاب هذه من الواقع الى عالم الخيال الا وكان حال الفرد في مواجهة غير محسومة ربما خاسرة، لأن الطرف الاهم فيها فضل الهروب على المواجهة. فأحلام اليقظة هي إحدى الوسائل الانسحابية في صورتها المسرفة تنبئ حيث تنبأ بوقوع ازمة نفسية مهيئة وربما بدأت بوادرها تلوح في افق ذهن الفرد الذي يكاد ان يدمن هذه الاليات/الميكانيزمات/الدفاعية رغم ان صورتها المعتدلة تعد وسيلة ضرورية اذا كانت تمهد للابداع او تكون عامل دافع نحو العمل الجاد الخلاق. وتقول الدراسات النفسية التحليلية انه نتاج الخيال من حلم يقظة داخلية لا شعورية الى تخيلات تبعد صاحبها عن الواقع، واحلام اليقظة تتخذ شكل تخيلات تتصف بصفات مستقلة عن صفات التخيلات اللاشعورية ، وتضيف رؤية التحليل النفسي ان طابعها شعوري وهو دليل على وجودْ اناأعلى قدر كاف من النضج يسمح بظهورها والسيطرة عليها ويحصل على اشباع معين.

ان احلام اليقظة ما هي الا رؤى وخيالات مليئة بالتمني تصاحبها الرغبة في تحقيق ما لم يمكن تحقيقه في الواقع المعاش وبدقة اكثر هي نوع من التخيل الداخلي يرسخه الفرد في نفسه ليهرب من الواقع ويعيش الخيال والتأمل وهو بنفس الوقت يجمع الخيال واليقظة ، التمني والواقع معاً، انها رغبات هربت من الواقع لصعوبة تحقيقها ولم تغادر صاحبها حتى انه عجز في مواجهة الصعوبات لكي يحققها، ففضل الخيال وذهب بعيداً في تأملاته التي تعد اسهل لكي يحقق ما يريد ، بهذه الوسيلة استطاع صاحبنا ان يخفض التوتر والقلق الناجم عن حاجات محبطة ورغبات عجز عن تحقيقها في عالم الواقع.

تبدأ احلام اليقظة عادة في مراحل العمر الاولى وتشتد في مرحلة المراهقة لا سيما ان هذه المرحلة هي مرحلة اثبات الذات ،وهي مرحلة ازدهار رغباته وغرائزه

وما يصاحبها من تخيلات وردود فعلها من التخيلات المقابلة في صورة العقاب والاثم والمبالغة في التحكم بالغرائز وخصوصاً في المجتمعات الشرقية المنغلقة،حيث يجد المراهق نفسه امام سلوك داخلي لا مفر منه ،وهو سلوك اشباع رغباته بالتمني والخيال حتى يصل الى احلام اليقظة التي تعيد له التوازن،فالبعض من الاباء او الامهات الذين يفهمون ابناؤهم المراهقين او المراهقات ،يسهل لهم ذلك بحدود معقولة لكي يسدل الستار له على ما يعتلج في نفسه ويرضيها وبنفس الوقت يسهل له عملية مواجهة الواقع، فبجانبها الايجابي تعد تسوية موفقة تتميز بالبهجة والمتعة وهي تخيلات شعورية بهذه المثابة تعد توفيق ناجح بين مبدأ الواقع ومبدأ اللذة ولكن بنفس الوقت يطالب المراهق-المراهقة بالانتقال الى عملية ترجمة تخيلاته الى واقع بوساطة المثابرة والعمل الدؤوب مع القدرة على تأجيل بعض رغباته غير المتحققة ،فهي صمام الامان حين يوجهها الكبار نحو الالتصاق بالواقع ومحاكاته ،وهي حالة انهزام وهروب من المواجهة وربما تتحول الى مرض نفسي حقيقي اذا ادمن عليها وبات من المستحيل الاقلاع عنها.ولهذا فإن الاستخدام السوي يتميز بالاشباع الوقتي لهذا الميكانيزم لفترة ثم يقلع عنه الى مواجهة الواقع،بينما غير السوي -المريض- لا يفرق بين احلامه وبين الواقع،انما هو يعيشها كحقيقة كاملة البناء والتكوين.

اكدت الابحاث والدراسات النفسية ان هناك فروقا واضحة في احلام اليقظة لدى الذكور عنه لدى الاناث،فاحلام النساء تختلف عن احلام الرجال لابسبب عوامل بيولوجية او تكوينية ،بل بسبب عوامل اجتماعية مكتسبة ورغبات مقموعة لدى النساء اكثر من الرجال وخصوصاً في مجتمعاتنا الشرقية حيث تعطي الاهمية الكبرى لتنشئة الرجال\الذكور\عنه في تنشئة النساء\الاناث\،فتكون الفروقات الواضحة في تخيلات الاناث عنها في تخيلات الذكور لاسيما ان الاحلام هي انعكاس طبيعي للواقع وان ما يحلم به الذكور يرتبط بمواقف الحياة السعيدة او تحقيق المال او العمل اللائق والمكانة الاجتماعية والوضع المتميز والثروة ،بينما تكون احلام الاناث اميل

الى الاستقرار والاختيار الزواجي الامثل لتكون اسرة يسودها الجو العاطفي مع الاكتفاء المادي مع الهدوء الدائم.هذه الاحلام تختلف من بيئة اجتماعية الى بيئة اجتماعية اخرى ومن مستوى اقتصادي او مادي الى مستوى آخر.

ان احد اساليب التعامل مع ضغوط الحياة هو اسلوب الخيال والتمني وهي استراتيجية شعورية يلجأ اليها الافراد في مواقف الحياة الصعبة لغرض استعادة التوازن ،وهو بنفس الوقت هروب وتجنب الناس او المواقف او الاشياء التي تثير في نفسه القلق الذي لا يستطيع مواجهته او رده. فاحلام اليقظة هو الموقف الذي يقود صاحبه الى الانطواء على نفسه والتقوقع على ذاته شيئا فشيئاً حتى ينقطع عن الجميع تماماً،فينغمس في احلام اليقظة الى حد اكثر من اللزوم فيبدو وكأنه هروب من الواقع ولكن هروب الى الداخل المغلق،حتى يتخيل نفسه انه يعيش عالمه الخيالي وحقق جميع ما يتمنى واصبح ربما مليونيراً او حصل على شهادات كان يحلم بها او تزوج من اجمل الجميلات،او انه اصبح بامكانه الغاء اي قرار يضايقه ولا يتعارض مع امنياته،فالطالب الفاشل يرى في احلام اليقظة العلاج الذي به يلغي كل ما يريد ويمتثل له الجميع ويذعن له الاخرين، هذا الاستغراق في احلام اليقظة يؤدي في احيان كثيرة الى عدة اضطرابات عصابية(نفسية)او ذهانية(عقلية). واخيراً نقول ان احلام اليقظة بها من الفوائد بقدر ما بها من المساؤي،ففوائدها تعمق الخيال وتشحذ المشاعر الداخلية وتعطي العقل فسحة من التجوال في زواياه التي لم تطأها الافكار ولكن اذا تعمقت هذه العادة وادمن عليها المراهق وطالت مدتها سوف تؤدي الى الفشل في التكيف مع الواقع ،والخلل في التوافق الداخلي النفسي والخارجي وتكون نتيجتها الادمان حتى يبتعد صاحبها عن ملامسته واقع الحياة ومجاهدته من اجل المواجهة التي تقتضي ان يفكر ويعمل معاً.

سادس وعشرون الشخصية السارقة

من الظواهر الملفتة في حياتنا اليومية هو سلوك بعض الأفراد في طريقة التعامل مع المواقف الحياتية المختلفة وتؤكد الدراسات النفسية ان طريقة التعامل هي التي تحدد سواء السلوك او انحرافه او اضطرابه، لذا فإن مجموعة من القيم والتقاليد السائدة في المجتمع هي التي تنظم السلوك في اي مجتمع ، فانه عندما ينحرف السلوك بدرجة عالية عن مستويات تلك القيم والتقاليد فمن المحتمل ان يطلق عليه سلوك "غير سوي"، ويقال ان الافراد غير الاسوياء نفسيا او لديهم انحرافات سلوكية في الشخصية تعتريهم اعاقة معرفية اكثر من الاخرين ويتصرفون اجتماعيا بطريقة غير ملائمة وتضيف الدراسات النفسية المتخصصة، يبدو ان الاشخاص لديهم قدرة اقل في التحكم في انفعالاتهم عن الافراد الاسوياء ، وتقول "ليندا .دافيدوف" ان التعريفات النفسية للسلوك غير السوي امر يتوقف على الممارسات الثقافية ، من هذه الظواهر هو سلوك السرقة او ما يسمى بهوس السرقة لدى الكبار حصرا ، ولن نتناول السرقة عند الاطفال . ويقع هذا السلوك ضمن انحرافات الشخصية ومنها سلوك الغيبة والنميمة وسلوك لعب القمار والانحرافات الجنسية بانواعها منها الافراط الجنسي والجنسية المثلية بانواعها ايضا مثل التلذذ بممارسة الجنس مع الاطفال او اللواط او ان يكون الشخص هو موضوع الجنس حيث يتقبل ان يمارس معه وكانه يأخذ دور الانثى حتى سمي الفرد الذي يرغب بالممارسة معه بانه "جسم رجل في عقل انثى" والعكس من ذلك ، كما هو في صورة الانحرافات الممارسة الجنسية بين النساء ، وهو ان تمارس المرأة مع انثى وهو ما يسمى "السحاق" او ممارسة الجنس مع الحيوانات وهناك الكثير من الانحرافات في الشخصية ، وعادة ما تظهر هذه السلوكيات في نهاية الطفولة المتأخرة وبداية المراهقة ، وتستمر بوضوح شديد في البلوغ والرشد.

انحرافات الشخصية هي سلوكيات غير متجانسة تشمل الجانب العقلي الانفعالي والجانب الوجداني من الشخصية فتؤثر على العاطفة والانتباه والتحكم في

النزوات والادراك والتفكير وعلاقة الفرد بالاخرين ، فهي نمط شاذ طويل المدى يتصف بالثبات النسبي ولا يقتصر بشدته على المرضى النفسيين والعقليين ، وانما يصيب بعض الشخصيات السوية . واثبتت اخيرا الدراسات النفسية الميدانية الى عدم قدرة الفرد على التوافق مع المواقف الشخصية والاجتماعية بصورة سوية وسليمة ، وانما يكون التوافق مع المواقف بصورة غير طبيعية وربما شاذة ، مما يسبب للفرد انزعاجا قد يؤدي الى خلل في الاداء الوظيفي والاجتماعي . انها اضطرابات التحكم في الدفعة والاندفاع نحو القيام بالفعل ، وهي بنفس الوقت تتضمن افعالا متكررة لا يمكن التحكم فيها ، وهي قد تؤذي مصالح الفرد القائم بالفعل ومصالح الاخرين ، ولكنه يصعب التوقف عنها.

سابع وعشرون الشخصية المستغيبة والنمامة

يعرف "البورت" الشخصية بأنها هذا الانتظام الدينامي في الفرد للاجهزة النفسية - الفسيولوجية والذي يحدد توافقاته الاصيلة مع بيئته. ويقول علماء النفس ان الشخصية تعد بمثابة الجهاز المحدد للسلوك. ودلالة السلوك يمكن تعريفها بانها الخاصة الموضوعية التي تتحقق بتكامل الدافع وإرضاءه ، فدلالة السلوك في حالة الحيوان الظمآن "العطشان" هي الدفاع ضد المشاعر الاولية للعطش وتحقيق الارتواء ، اما في حالة الانسان فهي تعني ما يصدر من الانسان من سلوك او فعل او نوايا حتى وان كانت غير متحققة ، فكل ما يصدر عن الانسان من سلوك له دلالة ومعنى حتى وان غاب عن الفهم او التفسير.

اما سلوك الغيبة والنميمة فهو يعني نقل الاحاديث التي يكره الناس نشرها وافشاؤها ونقلها من شخص الى آخر ، نكاية بالقائل ، ووقيعة به. ويعرف الناس جميعا ان هذا السلوك انما يصدر عن شخصية ليست سوية وليست مريضة بنفس الوقت ولكن بها انحراف في الشخصية ، والانحراف يعد اصعب من المرض النفسي وأقسى من المرض العقلي ، فالمريض النفسي يعاني من آلامه ويشعر بها ويطلب العون والمساعدة من المختصين في علاج النفس ، انه يدرك ما يقوم به من افعال وتصرفات ولكنه يفشل في كبحها او ايقافها فيلجأ الى طلب المساعدة ومن الامراض النفسية : الوساوس ، الهستيريا ، الاكتئاب النفسي ، الفوبيا "المخاوف المرضية، توهم المرض .. الخ ، بينما مريض العقل ، يرفض انه مريض ولكن يصنع لنفسه عالم خاص به فينزوي بعيدا عن الناس ، يخلق له عالمه ،لا يريد الواقع لانه مؤلم ومر، فيهرب الى واقع آخر يصنعه ويعيش فيه ، فمعاناته تدور في داخله ، وتأثيرها يدور في فلك اسرته ، وهو الذي يرفض انه مريض ولكنه في الاخير يذعن للعلاج ويرغم عليه حتى يتحسن . اما صاحبنا صاحب الشخصية النمامة او الغيبة ، فهو من اشد واصعب الشخصيات لانه يدخل ضمن مجموعة الانحرافات في الشخصية ، فلا علاج

له ولا رجاء منه ، لانه يقوم بالفعل ويدري انه خطأ ويصر عليه ويرفض من يدينه بفعله هذا ، مثله مثل صاحب السلوك العدواني "نمط الشخصية السيكوباثية - الشخصية المضادة للمجتمع" ، وهذه الشخصيات ممن تمارس سلوك النميمة والغيبة فإنما تتخذ هذا السلوك لكي تعيد التوازن لنفسها فتظهر اثناء سلوكها عن الحبيس من الميول المحظورة التي لم تفلح في ضبطها والتحكم فيها .

المراجع

- أنماط الشخصية وإشكالات القيادة والتربية ـ الدكتور محمد عياش
- أنماط الشخصية الإدارية وقياسها ـ الدكتور عبد الحميد عبد الفتاح
- بحوث ومقالات في علم النفس والإرشاد للدكتور أسعد الأمارة.
- كيف تعرف شخصيتك وشخصيات الآخرين ـ سلمان عبيد الشمراني
- البرمجة اللغوية العصبية ـ سلمان عبيد الشمراني
- شخصيتك بين يديك ـ المدخل إلى أنماط الشخصية ـ سعد محمد
- أنواع الشخصية وتأثيرها على العلاقات الأسرية ـ سلمان الشمراني
- هل أنت تشبهني؟؟ ـ كلودن جي ويرث & ماري باومان كروم
- تعرف على شخصيتك ـ جون ولسمون
- أنماط الشخصية ـ الدكتور سيد سليمان
- قوة عقلك الباطن ـ الدتور جوزيف ميرفي
- قراءة الناس ـ محيي الدين الصبان
- مبادئ التحليل النفسي ـ الدكتور أدهم أبو العوايد
- أسرار النفس البشرية ـ الدكتور أحمد قنديل
- مقاييس الشخصية ومفاتيح القوة ـ أيمن شهاب الدين

الفهرست

أنماط الشخصية

أسرار وخفايا



كارل ألبرت

ترجمة

حسين حمزة

